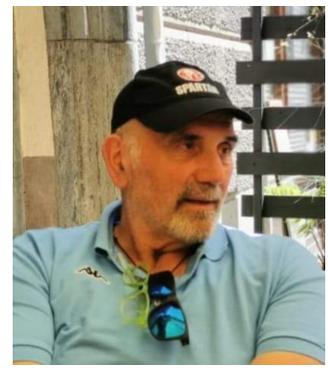


CURRICULUM VITAE di Ferrai Gian Piero

nato a Genova il 03/06/1954.



Credenziali sportive - Atleta

Atletica dal **1968** al **1975**, con un 6° posto ai Camp. Italiani Juniores nel **1973** nel getto del peso.

Lotta libera dal **1975** al **1978** con i seguenti piazzamenti:

- 3° ai Camp. Italiani e 3° ai Camp. Naz. Universitari del **1976**,
- 6° ai Camp. Italiani del **1977** causa infortunio.

Nel gennaio **1978** ho partecipato ai Campionati Italiani di BOB a 2 come frenatore.

Credenziali sportive - Allenatore

Preparatore Atl. del C.S. Esercito nel **1975** (entro come atleta) dove inizio una attività di preparatore atletico del calcio. Nel pomeriggio, dopo l'allenamento mattutino della Naz. Mil. cerco di migliorare le qualità atletiche di alcuni giocatori delle squadre genovesi come:

- **Pionetti Enrico** Portiere della Samp e di altre squadre di serie A,
- **Nicolini Enrico** il Netzer di Quezzi, centrocampista di Samp e Napoli.
- **Chiappara Silvino** Centrocampista factotum del Genoa in quei anni,
- **Mosti Pier Giuseppe** Difensore del Genoa.
- **Pruzzo Roberto o rey di Crocefieschi.**

Allenatore di Atletica

(Istr. Giov. nel **1984**, All. di 1o livello nel **1986**, Tec. Spec. Naz.le 1/2fondo nel **1992**).

Assieme ai miei atleti abbiamo seguito in **Federazione** i seguenti progetti:

- **Atlanta 1996 (Olimpiadi)** **A.Luciano (Trionfo Ligure e Athlon Siracusa)** (**Nazionale Promesse nei 100 e nella staffetta 4x100**, Allenata nelle stagioni **1993/95** (11.79 - 24.45 100 e 200))
- **Grosseto 2004 (Mondiali Juniores)** il talentuoso **F. Bruzzone** (8.45.3 sui 3000 ctg. Allievi) nel mezzofondo, terzo in più occasioni come: Criterium Nazionale Cadetti sui **2000** nel **2002**, Nazionali su Pista Allievi sui **1500** nel **2003**, Nazionali Campestre Allievi nel **2004**, e i seguenti atleti:
- **R. Porro Nazionale di Corsa in Montagna 2003 e Campione del Mondo a Squadre**, 8.49.6 di record sui 3000 St.
- **S.Farello (Nazionale giovanile)** ex Assessore del Comune di Genova: (49.7 e 1.54.1 400 e 800) nel **1991**
- **M. Kalboussi (Athlon Siracusa)** (3'40"5 1500, 8'00"5 3000) nel **1996**, il forte mezzofondista tunisino partecipò precedentemente alle **Olimpiadi 1984/88**.
- **Ahmed El Hamzaoui** (14'00" sui 5000 e 8'36" sui 3000 St.) nel **2007**, il forte atleta marocchino giunse **3°a Squadre ai Mondiali di CROSS Corto di Losanna 2003**.
- Ho ottenuto con tanti altri atleti interessanti risultati societari a livello nazionale:
- 6° posto della **4x400** (3.14.71) agli Assoluti di Napoli 1994 e agli Juniores del (3.19.61) **1991**,
- 3° posto di **Porro** ai Camp. It. Indoor sui 1500 Jun. e all'aperto sui 3000St Prom.,
- 21.70 **Amerio** sui 200, 53.40 **Durando** sui 400hs , **Putzu** Campione Interregionale Marcia su strada, mischiati a decine di ottimi risultati a livello giovanile e assoluto.

Seguendo **F.Bruzzone** e **A.El Hamzaoui** ho collaborato per tre anni con la **Cento Torri Pavia** squadra Top Nazionale. Dopo esser stato **Resp. Tecn. Provinciale 1992/94-2000/2003** e **Resp. Tecn. Regionale della Corsa in Montagna 2001/2003**, nel Nov. 2004 sono stato insignito della **QUERCIA DI Io GRADO**, onorificenza sportiva attribuitami dal **Presidente della FIDAL G.Gola**.

Esternamente all'atletica ho seguito nel **1982/83/84/85** la Prep. Atletica della Sportiva Sturla Nuoto, allenando:

- **Maurizio Divano** campione italiano dei 400misti **5° alle Olimpiadi del 1984 e partecipante a Europei e Mondiali**
- **Ilaria Tocchini** pluricampionessa Italiana (livornese, ma a Genova attorno ai 16/18 anni) **partecipante a Europei e Mondiali Olimpadi**
- **Cesare Fabbri** campione Italiano dei 200 rana. **partecipante ai Campionati Europei**
- **Andrea Calabria** campione italiano dei 1500 s.l. **Partecipante a Europei e Mondiali**
- **Istruttore nuoto** nel **1985**

Nel **2004** ho avuto il piacere di collaborare con il "G.Mora" preparando fisicamente la squadra allievi che pur sottoleva fece le finali.

Nel **2009/10/11/12** a distanza di 27 anni ho ripreso a seguire la **Sportiva Sturla Nuoto** come responsabile della preparazione atletica, seguendo **Mirea Calabria** più volte terza ai Categoria. Avendo queste esperienze ho anche elaborato una relazione sulla preparazione atletica del Nuotatore (**Forza Funzionale, Core Training**) ora in possesso del Resp. Tecnico FIN Liguria.

Dal **2009** seguo la prep.ne atl. di un ex velocista ora **ISPETTORE SUPERIORE della MOBILE** di Genova curando la massima efficienza fisica assieme ad alcuni suoi colleghi, in questi anni ho curato con successo come Personal Trainer alcuni giovani nella preparazione ai concorsi militari della Guardia di Finanza, Esercito e Carabinieri Cacciatori delle Alpi e seguito alcune persone desiderose di miglioramenti fisici funzionali.

In periodi più diciamo semplici ho dato una mano alla squadra di canottaggio **SCHENONE Foce** e al piccolo circolo Tennis **PRATO**. Nel 2013 con **Cambiaso e Riso** ho portato al Titolo Master di 1/2 Maratona Silvia Bolognesi.

Dal 2013 al 2018 ho collaborato con **CUS Genova**. Da quest'anno sono in forze all'**Atletica Arcobaleno e al AthleTeam**

Ho seguito ultimamente importanti convegni organizzati dal **CONI Liguria** qui sotto riportati:

- **Seminario "Cosa c'è di nuovo a proposito di Velocità"** Org. Coni Liguria tenuto da prof. **Carlo Vivio Prep. Atl. Naz. nel 2000**
- **Seminario "Cosa c'è di nuovo a proposito di Forza"** Org. Coni Liguria (Sport Vari)
- **Clinic sulla "Metodologia dello Sviluppo della Forza"** Org. Genova Nuoto presentato da **Pero Kuterovac**
- **Convegno su "L'allenamento della Resistenza nelle fasce giovanili"** Org. Coni Liguria con partecipazione prof. **F. Tassara parte Nuoto**
- **Convegno su "Protocolli di valutazione tecnica e funzionale della corsa"** Prof. **Pietro Incalza**, responsabile del centro studi **FIDAL**
- **Convegno Triathlon "ATTIVITÀ SPORTIVE A PREVALENTE IMPEGNO AEROBICO: ASPETTI COMUNI e PROBLEMATICHE SPECIFICHE"**
- **Convegno SVTA - Science Vision Training Academy** Funzione visiva, abilità sensoriali e integrazione psico-cinetica

In questi ultimi 4 anni fungo da consulente Podistico all'interno del **TRIGE Triathlon Genova**.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (Regolamento UE 2016/679).

In Fede,
Gian Piero Ferrai