



## **PROFILO**

**DATA DI NASCITA:**  
21/02/1987

**NAZIONALITA':**  
Italiana

Professionista con oltre 20 anni di esperienza nel settore Fitness e del bodybuilding solida conoscenza delle metodologie di old school e formazione completa delle nuove metodologie di allenamento. Notevole attitudine all'apprendimento continuo di tutto ciò che concerne l'evoluzione del mondo del Fitness e Wellness. In grado sia di collaborare proficuamente con il team che di operare in autonomia, si distingue per le ottime doti organizzative, interpersonali e di gestione del tempo oltre a solide competenze in ambito gestionale e di marketing strategicamente vincente. Spiccate capacità nella generazione e gestione di un team in grado di cooperare in ambiente sano e multidirezionale.

## **CONTATTI**

**INDIRIZZO:**  
Via Due Torri n.33 85100,  
Potenza ( PZ )

**TELEFONO:**  
3455110197

**SITO WEB:**  
[www.benesserecorporeo.it](http://www.benesserecorporeo.it)

**E-MAIL:**  
[benesserecorporeo.studio@gmail.com](mailto:benesserecorporeo.studio@gmail.com)

**PATENTE DI GUIDA:** B

# Rocco Picerno

Consulente Fitness/Personal Trainer

## **ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI**

**PERSONAL TRAINER / ISTRUTTORE DI SALA PESI presso A.S.D FEEL THE BURN**  
**sito in Contrada Ciciniello n.10, Potenza ( PZ )**  
Contratto di collaborazione  
25/09/2023 – 25/08/2023

Attività svolte all'interno dell' a.s.d FELL THE BURN:

- Supervisione e formazione del personale
- Direttore tecnico sala attrezzi
- Direttore tecnico staff BENESSERE CORPOREO
- Personal Trainer
- Istruttore sala attrezzi
- Gestione delle lamentele.
- Strutturazione programmi di allenamento personalizzati per le seguenti classi: bodybuilding, powerlifting, CrossFit, reclutamento Forze dell'ordine, ipertrofia, e dimagrimento.
- Specializzato in preparazioni personalizzare e posing atleti natural competizioni di bodybuilding.

**PERSONAL TRAINER presso FITACTIVE sito in Via De Coubertin, Potenza ( PZ )**  
09/2018 – 08/2020

Attività svolte all'interno di FITACTIVE:

- Personal trainer
- Gestione delle lamentele.
- Utilizzo di diverse strategie al fine di migliorare la reputazione del brand nei confronti di clienti e prospect.

**PERSONAL TRAINER presso URBAN GYM sito in Via del Gallitello, Potenza ( PZ )**  
Contratto di collaborazione  
11/2016 – 08/2018

Attività svolte all'interno della Urban Gym:

- Personal Trainer
- Istruttore sala attrezzi
- Gestione delle lamentele.
- Strutturazione programmi di allenamento personalizzati per le seguenti classi: bodybuilding, powerlifting, CrossFit, reclutamento Forze dell'ordine, ipertrofia, e dimagrimento.
- Specializzato in preparazioni personalizzare e posing atleti natural competizioni di bodybuilding.

## **ATTIVITÀ E INTERESSI**

Surf

Ciclismo

Auto e  
moto  
d'epoca

## **LINGUE**

**ITALIANO:** Madrelingua

**INGLESE:** Intermedio, con  
riguardo maggiore ai settori del  
Fitness, Wellness e Bodybuilding

**TITOLARE presso MOOVING PLANET sito in Via Leonardo Da Vinci, Potenza ( PZ )**

**Titolare / Proprietario**

Dal 2006 al 2016

Attività svolte all'interno della Urban Gym:

- Titolare/proprietario
- Gestione delle lamenti.
- Gestione del personale
- Gestione contabilità e marketing
- Personal trainer
- Istruttore di sala attrezzi

## **ISTRUZIONE**

**I.T.C. ISTITUTO MARCONI**

**Diploma di ragioneria**

Titolo conseguito in data 07/ 2006

**Università degli studi di Napoli – Federico II**

**LAUREA TRIENNALE**

In Scienze delle attività Motorie. L 22

In corso di svolgimento

## **ATTESTATI E CORSI DI FORMAZIONE**

**CSEN : Tesserino tecnico**

**Settore : Body Building e Fitness**

**Qualifica : Istruttore primo livello**

**CSEN : Tesserino tecnico**

**Settore : Body Building e Fitness**

**Qualifica : Personal Trainer**

**N : 11933**

**+ WATT TRAINER presso + watt NUTRITION ( Nutrition e wellness )**

## **PRINCIPALI CARATTERISTICHE**

- ✓ Conoscenza approfondita del settore fitness
- ✓ Capacità di gestione del cliente
- ✓ Responsabilità
- ✓ Capacità di lavorare sotto stress
- ✓ Formazione del personale
- ✓ Reclutamento team di eccellenza

