



Modello europeo per il curriculum vitae



Informazioni personali

Nome **Lorenzo Penni**
Indirizzo **Via Grezzano, 27/4 50032 Borgo S.Lorenzo (FI)**
Telefono **3928086179**
Fax
E-mail **lorenzo.penni@gmail.com**

Nazionalità italiana

Data di nascita 25/05/1979

Esperienza lavorativa

Date (da – a) **Dal 2016 ad oggi**
Nome dell'azienda e città Trainer on-line e in presenza a utenti privati (collaborazioni occasionali con palestre e allenamenti all'aperto)
Tipo di società, settore di attività Fitness
Posizione lavorativa Personal Trainer
Principali mansioni e responsabilità Tonificazione e dimagrimento.
POTENZIAMENTO MUSCOLARE

Esperienza lavorativa

Date (da – a) **Da Novembre 2002 ad oggi**
Nome dell'azienda e città Trenitalia SPA
Tipo di società, settore di attività Trasporti e servizi
Posizione lavorativa Tecnico
Principali mansioni e responsabilità Verifica tecnica e sicurezza veicoli

Date (da – a) **Da luglio 2000 a maggio 2002**
Nome dell'azienda e città Info.com

Tipo di società, settore di attività Hardware e software
Posizione lavorativa Tecnico
Principali mansioni e responsabilità Installazioni reti e hardware

Istruzione e formazione

Date (dal – al)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Principali studi / abilità professionali oggetto dello studio
Qualifica o certificato conseguita

Giugno 2009
ISSA ITALIA
Fitness e pesistica
Personal Trainer CFT3

Date (dal – al)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Principali studi / abilità professionali oggetto dello studio
Qualifica o certificato conseguita

Ottobre 2018
Accademia Italiana Fitness
Nutrizione riconosciuto dal CONI
Diploma di NUTRIZIONE I LIVELLO

Date (dal – al)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Principali studi / abilità professionali oggetto dello studio
Qualifica o certificato conseguita

Novembre 2018
Accademia Italiana Fitness
Istruttore Personal Trainer EQF4 level 4
Diploma Nazionale di Istruttore Personal Trainer EQF4 level 4

Date (dal – al)
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
Principali studi / abilità professionali oggetto dello studio
Qualifica o certificato conseguita
Madrelingua

Dal 2000 al 2005
Universita degli studi di Ferrara
Laurea in Scienze della comunicazione
Tecnologo della comunicazione audiovisiva e multimediale 100/110 Italiana

Altre lingue
Capacità di lettura
Capacità di scrittura
Capacità di espressione orale

Inglese
Buona
Buona
Buona

Capacità e competenze relazionali

Capacità di lavorare in autonomia, di ascolto, ottima gestione del tempo anche in condizioni di stress, rispetto delle scadenze, dei progetti, ottima predisposizione a fronteggiare eventuali problemi che si presentano.

Capacità e competenze organizzative

Grande predisposizione al perseguimento degli obiettivi stabiliti.

Capacità e competenze tecniche

Da sempre appassionato di sport, ho praticato calcio a buoni livelli, atletica leggera e da diversi anni pratico assiduamente bodybuilding.

La mia passione è la forma fisica ottimale e la cucina sana.

Altre capacità Grande comunicatore e motivatore

Patente o patenti Patente B, automunito.

Ulteriori informazioni ATTUALMENTE ISCRITTO A VARI CORSI PRESSO ACCADEMIA ITALIANA FITNESS (FUNCTIONAL TRAINER, TRX, KETTLEBELL,HIIT

Autorizzo al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla Legge 196/03