FEDERICO GERGOLET

Lavoratore meticoloso, abile nel gestire più attività contemporaneamente e nel lavorare sotto pressione. Ho maturato diverse esperienze in diversi ambiti professionali, tuttavia il settore in cui ambisco inserirmi è quello del Fitness..

CONTATTI:

- Data di nascita: 30/11/1992
- Residenza: Doberdò del Lago, Gorizia
- Cellulare: 3207080807
- E-mail: federicogergolet@gmail.com
- Patente: B, C, A1

COMPETENZE INFORMATICHE

- Buona conoscenza sistemi Windows, Excel, Powerpoint.
- Utilizzo giornaliero della posta elettronica (gmail, outlook) ed internet.
- Buona conoscenza nell'utilizzo di programmi di grafica come Canva e Photoshop.

ISTRUZIONE

- **Geometra**, ITG Nereo Pacassi, Gorizia(GO) - 07/2012

LINGUE

- **Italiano**: Madrelingua
- **Inglese**: livello base A2
- **Sloveno**: livello intermedio B1

CERTIFICAZIONI

- Abilitazione gru su autocarro;
- abilitazione PLE;
- corso metodo visivo, esame magnetoscopico, liquidi penetranti (RINA-UNI EN ISO 9712-2012)

COMPETENZE E ABILITA TECNICHE

Certificazione **Invictus Trainer VT3** (09/2022 - video corso online con esame finale, durata 6-8 mesi, riconosciuto dal CONI)

Master Strength Trainer Project Invictus (10/2023 - video corso online con esame finale)

Master Fitness Posturale Project Invictus (05/2024 - video corso online con esame finale)

Qualifica di **Personal Trainer Basic School 1° livello**, in possesso di Tesserino Tecnico CSEN riconosciuto dal CONI (durata 16 ore).

Master **Fitness Posturale** Invictus Academy (video corso online con esame finale, in corso di svolgimento).

Personal Leadership Training - formazione in tecniche di Leadership e crescita personale (corso annuale, programma FLY di Roberto Re).

Brevetto **Bagnino di Salvataggio piscina e mare.**

Corso **Rianimazione Cardio-Polmonare di base e utilizzo del defibrillatore semi-automatico BLSD** (durata 8 ore).

Corso **Digital Marketing** - Job&School, Monfalcone(GO) (durata 48 ore).

Corso di **formazione Imprenditoriale/Manageriale** - Job&School, Monfalcone(GO) (durata 160 ore on-line).

ESPERIENZE LAVORATIVE E PROFESSIONALI

09/2023 - 01/2024: Istruttore di sala - Webfit SRL - Ronchi - Gorizia (GO)
Assistenza alla clientela sia in sala per l'esecuzione e spiegazione degli esercizi, sia alla reception per spiegazione e vendita degli abbonamenti.

06/2023: **Titolare/socio fondatore e istruttore di sala - Palestra ASD Caligram, Monfalcone (GO)**
Assistenza alla clientela sia in sala per l'esecuzione e spiegazione degli esercizi, sia alla reception per spiegazione e vendita degli abbonamenti.

06/2023 - 10/2023: Bagnino di Salvataggio - Marina Lepanto SRL, Monfalcone(GO)
Monitoraggio dell'area fornendo indicazioni sulla condotta da tenere in acqua; verifica delle segnalazione di emergenza; assistenza ai bagnanti.

02/2020 - 02/2022: Addetto controllo qualità . Cimolai SPA, Monfalcone (GO)
Gestione delle qualifiche dei saldatori; controllo Visivo e Magnetico delle saldature.

09/2015 - 01/2020: Addetto al noleggio di macchinari e attrezzature - La Maggiore SRL, Monfalcone(GO)
Gestione del cliente; organizzazione della consegne degli articoli a noleggio, pratiche e pagamenti di privati e aziende.

08/2014 - 06/2015: Addetto ai trattamenti superficiali di metalli - SBE Varvit SPA, Monfalcone(GO)
Preparazione e controllo viscosità delle vernici per la zincatura di bulloni; gestione pre e post trattamento.

04/2014 - 06/2014: Portalettere - Poste Italiane SPA, Monfalcone, Ronchi dei Legionari, Grado(GO)
Recapito della corrispondenza con firma a domicilio e registrazione della consegna; Smistamento e preparazione in base alle zone di consegna.

09/2013 - 03/2014 (contratto di lavoro - tirocinio): **Geometra - Consorzio di Bonifica, Ronchi dei Legionari (GO)**
Ricerche e mappature presso il catasto tavolare; progettazione e disegno condotti irrigui del territorio.

06/2013 - 09/2013: Bagnino di Salvataggio - Kiosko Free Beach, Grado(GO)
Monitoraggio dell'area fornendo indicazioni sulla condotta da tenere in acqua; verifica delle segnalazione di emergenza; assistenza ai bagnanti.

01/2013 - 04/2013 (contratto di lavoro - tirocinio): Geometra - Consorzio Industriale, Monfalcone(GO)
Contabilità e misura degli appalti pubblici; assistenza alla progettazione di opere pubbliche.

10/2012 - 01/2013 (contratto di lavoro - tirocinio): Geometra - Comune di Doberdò del Lago, Doberdò del Lago(GO)
Gestione pratiche edilizie; organizzazione delle concessioni cimiteriali; pratiche dell'abbandono rifiuti.

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio CV ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del regolamento UE 2016/679 sulla protezione dei singoli cittadini in merito al trattamento dei dati personali

Doberdò del Lago, 02/06/2024

Federico Gergolet