



# MICHAEL GARDANI

Istruttore e docente

## PROFILO

Laureato in Scienze Motorie, Sport e Salute presso l'Università di Parma, con una solida base in informatica grazie a un diploma da perito informatico. Ho maturato esperienza sia nel settore sportivo che in quello tecnologico, lavorando come personal trainer, istruttore e docente di informatica. Appassionato di sport, movimento e benessere, possiedo competenze nella biomeccanica del movimento, nella gestione di programmi di allenamento e nella didattica sportiva. Sono una persona dinamica, con ottime capacità relazionali e di insegnamento, abituata a lavorare con gruppi di persone di diverse fasce d'età.

## HOBBY

Allenarmi all'aria aperta  
Praticare sport  
Suonare il piano  
Leggere libri di astronomia

## ISTRUZIONE

Università degli studi di Parma  
2025 - In corso di studi  
**Laureando in scienze e tecniche delle attività motorie  
Preventive ed adattate**

Università degli studi di Parma  
2021 - 2025  
**Laurea in scienze motorie sport e salute**

G. Romani Casalmaggiore  
2016 - 2021  
**Diploma in Itis Informatica**

## ESPERIENZE PROFESSIONALI

- **Addetto alle vendite** (2022 - 2023)  
Maxidi S.r.l. Famila Viadana
- **Docente di informatica** (2023-2025)  
Salco Cremona e Mestieri Lombardia
- **Personal Trainer e Istruttore** (2024-2025)  
Lavadera Boxe Team Viadana
- **Educatore sportivo** (2023-2025)  
Camp multisport
- **Docente tirocinante** (2023-2025)  
Scuole medie e superiori

## COMPETENZE

### Informatica:

- Utilizzo avanzato di **Office 365**
- Competenze **hardware e software**
- **Programmazione** e gestione file
- Docenza di **informatica di base**
- **Programmazione**

### Scienze Motorie e Sport:

- **Biomeccanica del movimento**
- Strutturazione di **piani di allenamento**
- **Gestione e sviluppo atleti**
- Competenze **motorie e sportive**
- **Istruttore CSI**