



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

MONTAGNA GIOVANNI

Indirizzo

VIA CARDUCCI 36,ARTOGNE (BS), 25040

Telefono

Fax

E-mail

giannidiet@tiscali.it

Nazionalità

ITALIANA

Data e luogo di nascita

07/08/1974

• Date (da - a)

- Collaboratore scientifico della rivista Sportman & Fitness e degli “speciali dell’Accademia”
- Docente dell’Accademia del fitness
- Collaboratore della rivista “Professione Fitness”
- Docente di Professione Fitness
- Attualmente segue sul piano alimentare e di integrazione, vari atleti di diverse discipline e persone che vogliono essere attive ed in salute
- In base alle tipologie ed agli obiettivi delle persone, realizza: dieta a zona, dieta metabolica, scarica e ricarica dei carboidrati, ecc
- Nell’anno 2000 ho tenuto delle lezioni sull’alimentazione presso la facoltà di farmacologia dell’università di Pavia
- Autore del libro “tutto sulla dieta a zona in breve”
- Relatore al convegno “alimentazione ed attività fisica: binomio vincente” Aestetica Napoli 6-8 novembre 2004
- Relatore sull’integrazione alimentare nello sportivo il 20-11-2004 in un aggiornamento tecnico della federazione italiana canoa e kayak (FICK)
- Nell’anno 2004 Ospite fisso il venerdì ad una trasmissione su Teletutto per trattare i temi dell’alimentazione
- Relatore al convegno “fitness anti age” Fiera del fitness Rimini 03-06-2005
- Docente di alimentazione al corso per allenatori CONI, Emilia-Romagna dal 2005 al 2014
- Docenza di alimentazione il 30-04-2005 al corso di maestri di sci di fondo FIS

- Ospite per 10 puntate nella trasmissione Sportlife in onda da lunedì 3 aprile 2006 per trattare temi inerenti l'alimentazione ed il benessere
- Nel mese di maggio 2006 ha tenuto una lezione sull'alimentazione presso la facoltà di scienze motorie presso l'Università di Verona
- Relatore al master "biochimica ed endocrinologia alimentare legata allo sport" presso Accademia del fitness-Parma 30/05/2009
- Relatore al congresso nazionale SIAS (società italiana alimentazione e sport) Salsomaggiore Terme-16-17 ottobre 2009
- Relatore al congresso " LA PATOLOGIA FUNZIONALE DEL COLON" (Importanza della dieta nella patologia funzionale del colon) in collaborazione con il Circolo Medico "M.Merighi" di Mirandola-19-01.2010 Mirandola (MO)
- Nutrizionista del Calvisano Rugby (serie A) anno 2005-2006; 2006-2007; 2007-2008 (preparatore atletico Sanguin Giovanni)
- Consulente alimentare nazionale sci di fondo anni 2006-2007-2008
- Consulente alimentare (insieme alla dottoressa Pogliaghi Silvia nazionale maggiore di Rugby anno 2007
- Relazione sull'alimentazione e l'integrazione nel Rugby presso Accademia del Rugby di Tirrenia, agosto 2007
- Dipendente ASL di Legnago (VR) nel dipartimento SIAN (servizio igiene alimenti e nutrizione) anno (2008- 2009).
- Consulente alimentare nazionale rugby under 20 e Accademia del Rugby di Tirrenia (presso Centro di preparazione olimpica) 2009-2010
- Docente di alimentazione al corso di conversione laurea infermieristica per stranieri, finanziato dalla regione Lombardia – maggio-giugno 2010
- Consulente nutrizionale gruppo sportivo Fiamme Oro Padova-2011-2013.
- Docente per il progetto di educazione alimentare "elementi psicobiologici dell'alimentazione" agli alunni delle terze superiori del Liceo Bagatta di Desenzano-anno scolastico 2010/2011 e 2011/2012
- Consulente nutrizionale squadra agonistica di nuoto "Vittoria Alata" anno 2011..attuale
- Relatore alla lezione del 13 e 26 gennaio 2013 su "**Nutrizione e supplementazione per la preparazione di endurance: Maratona e ultraendurance**" presso SaNIS (scuola di nutrizione ed integrazione nello sport)
- **Test delle intolleranze alimentare**
- **Alimentazione disintossicante e ripristino della flora batterica**

Esperto in dieta a zona ed alimentazione anti-age

- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
- Principali mansioni e

responsabilità

- Date (da - a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità
- Date (da - a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da - a)
 - 29/11/2000 presso l'università di Pavia, facoltà di medicina e chirurgia, consegue la laurea breve in dietista con votazione **110 e lode** (tesi svolta sui benefici dell'acido lipoico)
 - **Qualifica post-diploma in "professionisti, dirigenti, consulenti del benessere, dello sport e del tempo libero" FSE della regione Lombardia**
 - Diploma di personal trainer
 - Diploma di istruttore di bodybuilding e fitness
 - Vari attestati di master di aggiornamento sull'integrazione sportiva e per il benessere
 - Zone certified instructor conseguito il 23 marzo 2002
 - Brevetto di bagnino di salvataggio
 - Attestato di partecipazione al Convegno "nutrizione ed immunità"
 - Attestati di vari convegni inerenti l'alimentazione e l'integrazione per il benessere e lo sport
 - Dicembre 2007, consegue il Master post universitario in "alimentazione, farmacologia e doping" presso l'università di camerino con votazione di 110.
 - Partecipazione a Sport Nutrition Conference, Monaco di Baviera:14-15 maggio 2009
 - Corso in Bioage Advisor, maggio 2012
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

ITALIANA

ALTRE LINGUA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

CAPACITÀ E COMPETENZE

RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

ALTRE CAPACITÀ E

COMPETENZE

Competenze non precedentemente indicate.

PATENTE O PATENTI

A,B

ULTERIORI INFORMAZIONI

ALLEGATI

ma **Fir**

INGLESE
BUONO
ELEMENTARE
ELEMENTARE

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali (facoltativo)".

Giovanni Montagna