



Informazioni personali

Cognome/Nome **Mongiardini Luca Andrea**
Residenza Via Imperia 13, 20142 Milano (Italia)
Domicilio Via Imperia 13, 20142 Milano (Italia)
Mobile (+39) 349 4754520
E-mail info@lucamongiardini.it
Sito Internet www.lucamongiardini.it
Cittadinanza Italiana
Luogo/Data di nascita Alessandria, 8 febbraio 1981

Esperienza professionale

- Date Da Febbraio 2016
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **Studio Riefoli (Milano)**
- Tipo di azienda o settore **Educazione Posturale e Alimentare**
- Tipo di impiego Docente e Coordinatore Area Didattica Master VegAnic, Consulente Alimentare VegAnic, Chinesiologo
- Date Da Giugno 2016
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **Eukinetica**
- Tipo di azienda o settore **Formazione Aziendale**
- Tipo di impiego Docente Formatore – presso Gruppo Allianz, Omnicom, Mediaset
- Date Da Ottobre a Dicembre 2014
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **Istituto Comprensivo Statale “via Palmieri” (Milano)**
- Tipo di azienda o settore **Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali e nutrizione**
- Tipo di impiego Docente e Ideatore del progetto “Anatomia Recitata”
- Date Da Settembre 2014
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **Studio Riefoli (Milano)**
- Tipo di azienda o settore **Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali e motorie**
- Tipo di impiego Prevenzione e gestione dei dolori muscolo articolari
Recupero e miglioramento della mobilità articolare
Ginnastica per scoliosi e per vizi posturali della colonna vertebrale
Ginnastica correttiva, compensativa e adattata
Educatore Alimentare
- Date Negli anni 2013-2014-2015-2016-2017 (ancora in corso)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro **Comune di Milano, Assessorato al Benessere, Qualità della vita, Sport e tempo libero, Risorse umane, Tutela degli animali, Verde e Arredo Urbano**

• Tipo di azienda o settore	Formazione Aziendale
• Tipo di impiego	Docente e co-ideatore del progetto “Conoscere e Comprendere per Vivere Meglio”
• Date	<u>Da Agosto 2013</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Semidigiuno VegAnic di Michele Riefoli - Stage Residenziale Annuale di 15 gg
• Tipo di azienda o settore	Formazione e Coaching in programma detox
• Tipo di impiego	Docente di Attività motoria, posturale e adattata
• Date	<u>Da Ottobre 2013</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Circolo dell'Amicizia (Milano)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali e nutrizione
• Tipo di impiego	Docente Corsi mono-settimanali di Educazione Posturale Globale
• Date	<u>Da Settembre 2012</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Accademia Ayurvedica AMM (Novi Ligure)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali e nutrizione
• Tipo di impiego	Docente Corsi mono-settimanali di Educazione Posturale Globale
• Date	<u>Da Ottobre 2013 a Ottobre 2014</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Associazione Edelweiss (Genova)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali
• Tipo di impiego	Prevenzione e gestione dei dolori muscolo articolari Recupero e miglioramento della mobilità articolare Ginnastica per scoliosi e per vizi posturali della colonna vertebrale Ginnastica correttiva, compensativa e adattata Educatore Alimentare
• Date	<u>Da Settembre 2011 a Settembre 2014</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Associazione Coscienza e Salute (Milano)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali
• Tipo di impiego	Prevenzione e gestione dei dolori muscolo articolari Recupero e miglioramento della mobilità articolare Ginnastica per scoliosi e per vizi posturali della colonna vertebrale Docente del corso “Pancafit Group” Docente/assistente del corso “Vivere Senza Dolori” all'Istituto Nazionale dei Tumori all'interno del progetto “Diana 5” del Prof. Franco Berrino Assistente del metodo “Ecologia dell'Organismo” del Prof. Michele Riefoli
• Date	<u>Da Gennaio 2011 ad Aprile 2012</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centro motorio Formamentis (Novi Ligure)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali
• Tipo di impiego	Prevenzione e gestione dei dolori muscolo articolari Recupero e miglioramento della mobilità articolare Ginnastica per scoliosi e per vizi posturali della colonna vertebrale Docente dei corsi “Pancafit Group” e ginnastica correttiva posturale
• Date	<u>Dal 2008 a Gennaio 2011</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Studio medico privato Nitens (Novi Ligure)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, educazione in ginnastiche posturali

• Tipo di impiego	Prevenzione e gestione dei dolori muscolo articolari Recupero e miglioramento della mobilità articolare Ginnastica per scoliosi e per vizi posturali della colonna vertebrale Trattamento delle problematiche posturali (alluce valgo, ginocchia vare o valghe, piede piatto, ecc)
• Date	<u>Dal 2006 al 2007</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Gavi Gym Planet (Gavi Ligure), Gymnasium centro fitness (Novi Ligure)
• Tipo di azienda o settore	Chinesiologia, Pancafit e personal training
• Tipo di impiego	Corsi di ginnastica correttiva, posturale, antalgica Preparazione e gestione programmi individuali di allenamento
• Date	<u>Dal 2006 al 2007</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	UISP Novi Ligure-Scuole elementari "Oneto", "Pascoli", "Zucca"
• Tipo di azienda o settore	Insegnante-educatore delle attività motorie e ludiche
• Tipo di impiego	Programmi di accompagnamento allo sport e ai giochi sportivi Educazione all'ascolto del corpo e all'attenzione
• Date	<u>Stagioni estive dal 2003 al 2005</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Centri estivi Scuola elementare Rodari (Bordighera)
• Tipo di azienda o settore	Educazione-animazione
• Tipo di impiego	Educatore
• Date	<u>Stagioni calcistiche dal 1999 al 2005</u>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	A.S.D. Ovada Calcio, U.S. Arquatese, U.S. Novese, U.S. Vignolese A.Q.
• Tipo di azienda o settore	Educazione Sportiva-allenamento
• Tipo di impiego	Educatore - Allenatore
Istruzione e formazione	
• Date	<u>Anno 2016</u>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Studio Riefoli (Milano)
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Nutrizione Vegetale
• Qualifica conseguita	Master VegAnic
• Date	<u>Anno 2014</u>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Be4eat - Life Style Seminar
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Nutrizione Vegetale Integrale
• Qualifica conseguita	Terapeuta Be4Eat
• Date	<u>Anno 2013</u>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università Politecnica delle Marche
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Nutrizione e dietetica
• Qualifica conseguita	Master Internazionale di I Livello in Nutrizione e Dietetica Applicata
• Date	<u>Da Settembre 2011</u>

• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Associazione Coscienza e Salute (Milano)
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Formazione Metodo “Ecologia dell’Organismo”
• Qualifica conseguita	Consulente – Assistente “Metodo Ecologia dell’Organismo”
• Date	<u>Anno 2008</u>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Studio Sport 2000 (Milano)
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Formazione “Metodo Raggi” su Pancafit
• Qualifica conseguita	Istruttore, Formatore e Tecnico Posturale “Metodo Raggi”
• Date	<u>Anno 2006</u>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Facoltà di Medicina e Chirurgia di Genova
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Attività Fisiche e Sportive, Anatomia, Fisiologia, Biochimica
• Qualifica conseguita	Laurea Quadriennale in Scienze Motorie
• Date	<u>Anno 2000</u>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	I.T.I.S. - G. Ciampini (Novi Ligure)
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	Meccanica e tecnologie
• Qualifica conseguita	Diploma di Perito Meccanico
Corsi di formazione	<p>Anno 2010:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Ernie e protrusioni discali” (Posturalmed, Milano) - “Ortodonzia e postura” (Posturalmed, Milano) <p>Anno 2009:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Medicina ambientale” (Studio Sport 2000, Milano) - “Basi di radiologia” (Studio Sport 2000, Milano) - “Corso di massaggio sportivo” (C.S.E.N./C.O.N.I., Chieti) <p>Anno 2008:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Pedana podostabilometrica Lizard” (Studio Sport 2000, Milano) - “Lingua e postura” (Studio Sport 2000, Milano) <p>Anno 2005:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “III corso internazionale di aggiornamento per insegnanti di educazione fisica e sportiva” (I.U.S.M., Roma)
Altri corsi	<p>Anno 2010:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Mappa delle meccaniche mentali” (Associazione Coscienza e Salute, Milano) <p>Anno 2006:</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Tra mente e corpo. Dalla neurofisiologia alla psicoterapia: il trattamento degli esiti post-traumatici” (A.P.R.A.G.I., Torino)
Capacità/competenze personali	
Madrelingua	Italiana
Altre lingue	Inglese

	<ul style="list-style-type: none"> - Capacità di lettura: Scolastica - Capacità di scrittura: Scolastica - Capacità di espressione orale: Scolastica
	<p>Francese</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacità di lettura: Scolastica - Capacità di scrittura: Scolastica - Capacità di espressione orale: Scolastica
Capacità e competenze relazionali	Predisposto all'osservazione ed all'ascolto, buona capacità comunicativa sia individuale sia in pubblico
Capacità e competenze organizzative	Attento alla progettazione di programmi educativi con strutturazione di test attitudinali periodici
Capacità e competenze informatiche	<ul style="list-style-type: none"> - Sistemi operativi: Windows - Pacchetto Office: Word, Excell,Power Point - Internet
Ulteriori informazioni	<p>Socio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Centro Sportivo Educativo Nazionale affiliato C.O.N.I. - Coscienza e Salute - Unione Nazionale Chinesiologi

In possesso dei requisiti di Formatore in conformità al decreto Interministeriale 06/03/2013