

Alberto Olanas

Le mie esperienze lavorative:

Strenght and Conditioning Coach Cavese 1919 (Serie D)

- Incarico: Responsabile della preparazione atletica, del recupero e della prevenzione degli infortuni sportivi
- Abilità acquisite: Capacità di relazione e comunicazione con gli atleti di alto livello e aumento della performance nel medio-lungo periodo. Capacità nella risoluzione di problemi muscolari e articolari a seguito di infortuni sportivi.

Strenght and Conditioning Coach AC Mantova 1911 (Lega Pro)

- Incarico: Responsabile della preparazione atletica, del recupero e della prevenzione degli infortuni sportivi
- Abilità acquisite: Capacità di relazione e comunicazione con gli atleti di alto livello e aumento della performance nel medio-lungo periodo. Capacità nella risoluzione di problemi muscolari e articolari a seguito di infortuni sportivi.

Strenght and Conditioning Coach Bologna FC 1909 (Settore Giovanile Serie A)

- Incarico: Responsabile della preparazione atletica, del recupero e della prevenzione degli infortuni sportivi
- Abilità acquisite: Capacità di relazione e comunicazione con gli atleti in fase di crescita e aumento della performance nel medio-lungo periodo. Capacità nella risoluzione di problemi muscolari e articolari a seguito di infortuni sportivi.
- Storia: ha fatto tutte le categorie del settore giovanile sino ad arrivare negli ultimi 3 anni alla Primavera e collaborando con la Prima Squadra.

Docente di Metodologia dell'allenamento presso il ST FIGC di Coverciano

- Incarico: Docente di metodologia dell'allenamento.
- Abilità acquisite: Programmazione e sviluppo della didattica della metodologia di allenamento nel calcio e nella parte fisica sia dei giovani calciatori sia degli adulti.

CEO di Janasport

- Incarico: Sviluppatore del software del monitoraggio e carico di allenamento.
- Abilità acquisite: Programmazione e controllo del carico di allenamento con conseguente Data Analysis per lo sviluppo statistico.

La mia formazione:

- Laurea magistrale in Scienze e tecniche dell'attiva sportiva presso Alma Mater Studiorum – Università di Bologna – 2012
- Laurea triennale in Scienze Motorie presso Università di Cagliari – 2010
- Preparatore atletico professionista presso il Settore Tecnico di Coverciano
- Allenatore UEFA B
- Master ELAV Specialist in Sport Performance
- Master in Muscle Skeletal Disorders presso ISEC
- Diploma sull'utilizzo della metodica Blood Flow Restriction presso ISEC