

## INFORMAZIONI PERSONALI

## Fabio Ingaldo



**Residenza:** Via degli Aceri, 48, 70126 Bari (Italia)  
**Domicilio:** Via Federigo Verdinois, 6 – 00159 Roma

**Telefono:** 3334561844

**Email:** fabio.ingaldo@gmail.com

**LinkedIn:** <https://www.linkedin.com/in/fabio-ingaldo-548108193/>

**Sesso:** Uomo | **Data di nascita:** 08/04/1975 | **Nazionalità:** Italiana

## POSIZIONE RICOPERTA

**Dottore in Osteopatia (C.E.R.D.O.)** iscritto al ROI con il n.2952 -  
Specializzato in Osteopatia Pediatrica - Chinesiologo - Posturologo -  
Educatore motorio pre/post operatorio – Educatore alimentare -  
Preparatore Atletico

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

- 
- |              |  |
|--------------|--|
| 2018–ad oggi | <b>Osteopata</b><br>Fisioterapia Preneste – Via Prenestina, 238 – 00176 Roma   |
| 2016–ad oggi | <b>Osteopata</b><br>Equilibrium & Salus - Viale Palmiro Togliatti, 907 – 00171 Roma  |
| 2015–2017    | <b>Osteopata</b><br>Studio ATP – Via IV novembre, 36 – 00046 Grottaferrata   |
| 2014–ad oggi | <b>Osteopata - Personal Trainer</b><br>Studio Postural Pilates (SPP) – Via Tarcento, 27 – 00177 Roma <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Osteopatia</li><li>▪ Preparazione atletica</li><li>▪ Educazione motoria</li><li>▪ Posturale</li><li>▪ Rieducazione motoria post-riabilitativa</li></ul> |
| 2006–ad oggi | <b>Osteopata e Istruttore di sala pesi e di fitness</b><br>H2OFITNESS CENTER – Via del Pigneto, 108 – 00176 Roma<br>Consulenze osteopatiche<br>Istruttore di: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ sala pesi</li><li>▪ spinning</li><li>▪ pilates</li><li>▪ walkingprogress</li></ul>             |

- ginnastica dolce
- ginnastica posturale
- risveglio muscolare
- ginnastica funzionale
- h2o gym
- hydrobike
- tonificazione

**2007–ad oggi Istruttore di sala pesi e di fitness**

VIGOR PERCONTI FITNESSCENTER – Via Grotta di Gregna, 100 – 00159 Roma

Istruttore di:

- sala pesi
- pilates
- striding
- ginnastica posturale
- just pump
- gag
- tone up

**2006–2007 Insegnante di mini-basket**

Scuole Manetti e Monte Mario, Roma (Italia)

**2006–2007 Istruttore di ginnastica generale per adulti**

Scuola Monte Mario, Roma (Italia)

**2001–2006 Istruttore di pesistica**

DYNAMIC GYM, Torino (Italia)

**2001–2006 Insegnante di ginnastica e di mini basket**

Scuola elementare di Torino, Torino (Italia)

**2001–2006 Istruttore di ginnastica pre-sciistica per adulti**

Scuola serale per adulti, Torino (Italia)

**06/2000–08/2000 Animatore di contatto/sportivo**

Villaggio Turistico Golf Village, Sibari (Italia)

Occupazione di natura stagionale, con la qualifica di:

- istruttore di tennis
- istruttore di aerobica
- istruttore di acquagym
- istruttore di tiro con l'arco
- istruttore di sala pesi

1999–2000 **Animatore di contatto/sportivo**  
Albergo Locanda Locatori, Passo del Tonale (Italia)

06/1998–08/1998 **Animatore di contatto/sportivo**  
Villaggio Residence Lauro Mare, Torre del Lauro (Italia)  
Occupazione stagionale con la qualifica di:

- istruttore di aerobica
- istruttore di tennis
- insegnante di balli latino-americani

1996–1999 **Animatore di contatto/sportivo**  
Villaggio turistico Baia d'oro, Torremozza (Italia)  
Occupazione stagionale (estate '96 - estate '99) con la qualifica di:

- istruttore di tennis
- istruttore di aerobica
- insegnante di balli di gruppo
- miniclub

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

2019–ad oggi **Scuola di Osteopatia Pediatrica**  
C.E.R.D.O. - Centre pour l'Etude, la Recherche et la Diffusion Osteopathiques, Roma (Italia)  
Obiettivo formativo della Scuola è quello di formare Osteopati che abbiano le competenze per lavorare in maniera specialistica nell'ambito pediatrico, sapendo affrontare i motivi di consulto più frequenti per le diverse fasce di età.

2009–23 settembre 2016 **Diploma di Osteopata**  
C.E.R.D.O. - Centre pour l'Etude, la Recherche et la Diffusion Osteopathiques, Roma (Italia)  
Obiettivo formativo della Scuola è quello di formare un osteopata professionista in grado di valutare la funzionalità dei diversi distretti corporei, considerando il corpo nella sua globalità. Ricercare e trattare l'origine del disturbo e non gli effetti, la persona e non la malattia.

05/2016–05/2016 **Workshop TRX e Dynamax**  
VIGOR PERCONTI FITNESSCENTER, Roma (Italia)

2015–2015 **Workshop TRX e Funzionale**  
H2OFITNESS CENTER, Roma (Italia)

2008 **Master in Studio Pilates**  
POLESTAR, Roma (Italia)

19/07/2007–21/07/2007 **Workshop Cruisin Wellness**  
CRUISIN' PHYSIOWELLNESS, Castrocaro Terme (Italia)  
Lezioni di:

- Tecnica Mezieres e laboratorio di ginnastica posturale (LUCA PERINI);
- Pilates flow e Yoga Pilates (ANETTE ALVAREDO);
- Pilates (GIUSEPPE ORIZZONTE);
- Acqua-Pilates (PAOLO MICHIELETTO).

07/2006–07/2006

### Corso di formazione

ALOHA FITNESS (Italia)

Corsi diretti da LUCA PERINI di:

- pilates
- ginnastica posturale
- tonificazione
- spinning

2000–2006

### Laurea Quinquennale in Scienze Motorie

SUISM - Università di Scienze Motorie di Torino, Torino (Italia)

- Voto di laurea: 100/110
- Titolo della tesi: "ATTIVITA' FISICA, STRESS OSSIDATIVO E MECCANISMI DI DIFESA" dichiarata con diritto di stampa
- Corsi seguiti: *SCIENZA DELLA MUSCOLAZIONE – PERSONAL TRAINER*

1996–1997

### Obbligo Militare

Caserma del "7° Reggimento dei Bersaglieri" di Bari, Bari (Italia)

Partecipazione alle missioni operative di "Vespri siciliani" ed "Operazione Partenopea".

1989–1995

### Diploma di Perito Industriale in Telecomunicazioni

ITIS PANETTI, Bari (Italia)

## COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Altre lingue

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	B2	B1	B1	B1	A2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative Ottime capacità comunicative e relazionali

Competenze organizzative e gestionali Ottime capacità di auto-organizzazione, coordinamento e flessibilità

Competenze professionali

- Ottima predisposizione a preservare/educare/riabilitare traumi di ogni genere.

- In merito alle varie esperienze sportive ho toccato con mano preparazioni atletiche di varie discipline che mi hanno aiutato a crescere a livello professionale.

Competenza digitale

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente autonomo	Utente avanzato	Utente base	Utente autonomo	Utente autonomo

- Buona conoscenza del sistema operativo Windows
- Buona conoscenza del pacchetto Office, in particolare: Word, Excel, Power Point
- Buon uso della rete internet (web browser: Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome) e gestione della posta elettronica
- Conoscenza dei principali social network
- Conoscenza dei tools di base per la grafica

Altre competenze

- Certificazione D.A.E. di **primo soccorso pediatrico**: Corso BLS-D - Basic Life Support Defibrillation - pediatrico
- Certificazione D.A.E. di **primo soccorso**: Corso BLS-D - Basic Life Support Defibrillation (massaggio cardiaco e **abilitazione all'uso del defibrillatore**)

Patente di guida

A, B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Sport Praticati

*A livello agonistico:*

- Nuoto 1985 (medaglia di bronzo gare regionali di nuoto pinnato);
- Karate 1989 (cintura marrone -1°medaglia d'oro gare dimostrative tra diverse palestre di Bari);
- Basket 1990 (torneo scolastico delle superiori);
- Pallavolo 1997 nel corpo sportivo del 7° reggimento bersaglieri (medaglia d'oro 1° in classifica torneo regionale militare).

*A livello amatoriale:*

- Tennis;
- Atletica leggera;
- Calcio;
- Judo.

Principali Hobby

- Disegno (cartaceo e digitale); fumettista, comics and animation designer
- Video ludico dal 1980 – Opinion leader in Spaziogames.com – Lettore multimediale di siti che recensiscono videogames
- Letteratura olistica, sport e benessere, psicologia, medicina.

Disponibilità

Part-time o full-time

Il sottoscritto, acquisite le informazioni di cui all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003, ai sensi dell'art. 23 della legge stessa conferisce il proprio consenso al trattamento dei propri dati personali.

Luogo e data

Firma

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'O' followed by a cursive flourish.