

Davide Falconi

Football Coach Uefa B
Preparatore Atletico
Chinesiologo Sportivo
Strength & Conditioning Coach
Sport Performance Coach
Fitness Coach



PERSONAL INFORMATION

-  Davide Falconi
-  davidefalconi@hotmail.com
-  +393462533196
-  Via Giovanni Zibordi 36
00128 Roma
-  28 dicembre 1985
-  Roma
-  B/A3
-  Uomo
-  Italiana
-  Celibe
-  falconiperformance.com
-  Davide Falconi

PROFILE

Sono un professionista che opera in questo settore da oltre 15 anni, ho una Laurea Triennale in Scienze Motorie L-22 e sono Laureando nella Specialistica Magistrale in Scienza e Tecnica dello Sport LM-68. Sono un Esperto di Preparazione Fisica e Tecnico 4° Livello Europeo Elite della Scuola dello Sport del CONI, Preparatore Atletico di Calcio, Strength & Conditioning Coach, Sport Performance Coach, Fitness Coach, Chinesiologo Sportivo, Area Manager Fitness, Docente e formatore.

Ho molteplici qualifiche e certificazioni nell'ambito della preparazione fisica, dello strength & conditioning e di Personal Training tra le migliori al mondo e tra le più accreditate sia su territorio nazionale che internazionale. Ho diverse tipologie di esperienza sul campo, sia a livello Sportivo nella preparazione atletica di squadre di alto livello in ambito dilettantistico come la Lazio C5 e il Borgo Palidoro, passando poi nell'ambito della formazione in ruolo di Docente e Referente Nazionale dello Strength Training nella Federazione Italiana Pesistica (FIPE) e in ambito Fitness, svolte nei migliori e più accreditati Centri Fitness Italiani, tra le quali Virgin Active e FitActive, nella figura di Personal Trainer, Preparatore Fisico di Singoli Atleti che volessero migliorare le loro performance sportive, dedicandomi poi nella Gestione e nel coordinamento di Team di Professionisti del Reparto Tecnico di Centri Fitness fino a ricoprire l'attuale ruolo di Area Manager del Lazio.

EDUCATION

- Laurea Triennale in Scienze Motorie L-22** 2023
Università Pegaso
- Laurea Magistrale in Scienza e Tecnica dello Sport LM-68** 2026
Università Niccolò Cusano
- Diploma Commerciale Ragioneria** 2010
R.Kennedy
- Diploma Professionale Biennale Operatore Office Automation** 2003
A.N.A.P.I.A LAZIO
- Graduate Exercise Professional Level 6°** 2023
EREPS
- Allenatore UEFA B FIGC** 2025
FIGC - UEFA
- Allenatore UEFA C FIGC** 2025
FIGC - UEFA
- Allenatore Licenza D FIGC** 2024
FIGC (Federazione Italiana Giuoco Calcio)
- Chinesiologo Tecnico Sportivo** 2018
UNC (Unione Nazionale Chinesiologi)

KEY COMPETENCE

Team Manager

Team Leadership

Team Building

Mentoring

Gestione e Coordinamento Risorse Umane

Analisi dei dati e delle KPI

Comunicazione e Public Speaking

Project Manager - Sviluppo Materiale Didattico Formativo Federale Corsi di Formazione

Social Media Manager e Digital Marketing

Conoscenza di tutto il pacchetto Office in ambito professionale e lavorativo

Docenze in qualità di formatore e responsabile nella formazione tecnica federale

Struttura, programmazione, periodizzazione dell'allenamento e monitoraggio delle performance atletiche

Strength & Conditioning Coach for Sports Performance

Preparazione Atletica

Sport Performance

Football Coach

Strength Coach

Fitness Coach

LANGUAGES

Italiano

Inglese

CSCS - Certified Strength & Conditioning Specialist NSCA (National Strength & Conditioning Association)	2018
CPT - Certified Personal Trainer NSCA (National Strength & Conditioning Association)	2017
NSCA Day NSCA (National Strength & Conditioning Association)	2018
Sport Performance Specialist ACE (American Council of Exercise)	2022
CPT - Certified Personal Trainer ACE (American Council of Exercise)	2018
Fitness Nutrition Specialist ACE (American Council of Exercise)	2020
Tecnico IV° Livello Europeo Elite Scuola dello Sport (CONI)	2022
Esperto in Preparazione Fisica Scuola dello Sport (CONI)	2023
La Preparazione Fisica delle Giocatrici negli Sport di Squadra Scuola dello Sport (CONI)	2022
La Variabilità della Frequenza Cardiaca Scuola dello Sport (CONI)	2022
Il Sistema di Tutela in Ambito Sportivo dei Giovani Atleti Scuola dello Sport (CONI)	2022
Personal Trainer 3° Livello Master Sport Specialist - Strength Coach FIPE (Federazione Italiana Pesistica)	2017
Powerlifting Trainer FIPE (Federazione Italiana Pesistica)	
Specialista in Sport & Health FIPE (Federazione Italiana Pesistica)	2016
Diploma in Strength & Conditioning Performance Lab	2025
Corso GPS nel Calcio Performance Lab	2024
Corso Performance Futsal Performance Lab	2023
Training Load nel Calcio Performance Lab	2023
Tendinopatie nel Calcio	2025

Performance Lab	
Plyometric Training	2025
Performance Lab	
Ankle Prehab	2025
Performance Lab	
Valutazione e Prehab	2025
Performance Lab	
Biomeccanica nello Sport	2025
Performance Lab	
Programmazione e Periodizzazione della Forza	2025
Performance Lab	
Allenare l'Accelerazione	2025
Performance Lab	
Velocity Based Training	2025
Obiettivo Performance	
Sistemi di Monitoraggio per l'Atleta	2025
Obiettivo Performance	
Certified Functional Trainer	2017
ISSA EUROPE	
Certified Fitness Nutritionist	2017
ISSA EUROPE	
Personal Trainer Level 3°	2021
CIMSPA UK	
Postural Specialist Certification	2017
ELAV	
Expert Certification	2016
ELAV	
HIIT Specialist	2022
ELAV	
Sport Science Day	2022
ELAV	
Tecnico 2° Livello Kettlebell Sport	2022
FIKS (Federazione Italiana Kettlebell Sport)	
TRX Functional Training Course	2017
TRX	
TRX Suspension Training Course	2017
TRX	
Master Functional Hypertrophy	2022
Brad Shoenfeld	

Mat Pilates Instructor TFC LONDON	2012
Diploma Social Media Manager e Digital AI UNID	2024
L'arte di comunicare e il Public Speaking 24 Ore Business School	2024
Leadership e Gestione dei Collaboratori 24 Ore Business School	2024
Come smettere di pensare negativo (Metodo Efficace) Corsi.it Business	2025
Come parlare in pubblico : Tecniche fondamentali Corsi.it Business	2025
Comunicazione da Leader Corsi.it Business	2025
Comunicazione efficace davanti a Microfoni, Telecamere e Videocall Corsi.it Business	2025

EXPERIENCE

Area Manager Settore Tecnico FitActive	2023 - oggi
<p>Mi occupo della gestione delle palestre del Centro-Sud Italia nel gestire e coordinare i responsabili tecnici dello Staff dei Personal Trainer di ogni sede, sviluppando strategie di vendita, marketing e comunicazione per aumentare le performance del reparto tecnico di ogni club. Ho gestito 13 club collocati nel Centro-Sud Italia: Lazio, Abruzzo, Campania, Basilicata, Puglia. Attualmente gestisco tutto il Lazio.</p>	
Preparatore atletico Asd Borgo Palidoro	2025 lug - oggi
<p>Preparatore Atletico e Strength & Condizionino Coach Prima Squadra Campionato Promozione</p>	
Docente / Formatore e Commissario d'esame federale Federazione Italiana Pesistica (FIPE)	2017 - 2025
<p>Mi occupavo di esaminare e valutare i corsisti che vogliono conseguire il titolo di Tecnico di 1° livello Federale su tutto il territorio nazionale. Ho svolto docenze sulla periodizzazione dell'allenamento e sugli esercizi con i sovraccarichi in sala pesi, sul Powerlifting , Powerbuilding, Ipertrofia Muscolare e Allenamento Cardiovascolare. Mi occupavo di formare Tecnici nel settore della Forza e del Condizionamento fisico.</p>	
Referente Federale Nazionale Strength Training	2024

FIPE Strength Academy (Federazione Italiana Pesistica)

Referente Nazionale e Formatore Tecnici Docenti dello Strength Training FIPE Strength Academy.

Preparatore Atletico

2023 - 2024

[S.S Lazio C5](#)

Preparatore Atletico delle due prime squadre Maschile e Femminile di Serie A di Futsal Calcio a 5. Mi occupo della pianificazione, periodizzazione e programmazione della preparazione atletica delle due prime squadre Maschile e Femminile militanti rispettivamente nel campionato di Serie A2 Elite Maschile e Serie A femminile del campionato di Calcio a 5 LND della FIGC.

Docente Federale

2023

[FIPAV](#)

Docente Federale nel corso federale FIPAV di Esperto in preparazione fisica della pallavolo presso la scuola dello sport Centro Preparazione Olimpica del CONI nelle materie di: coordinazione, attivazione e stabilizzazione del CORE e di Esercizi di attivazione delle principali articolazioni.

Direttore Tecnico Personal Trainer

2020 - 2024

[FitActive](#), [Roma Pisana](#), [Roma Boccea](#), [Roma Portuense](#)

Mi occupavo della Strutturazione e della Gestione del reparto Tecnico di 12 Personal Trainer Liberi Professionisti, coordinandoli e gestendo sia l'area tecnica nella Sala Fitness, sia il lavoro di Controllo Dati, Analisi Massa Corporea, Sviluppo e Report dell'Andamento Mensile delle Performance di ognuno di loro. Personal Trainer: Mi occupavo inoltre di sedute di allenamento personalizzate one to one e dell'insegnamento come istruttore di Corsi di Gruppo quali: Military Workout, Boot Camp, Emom Workout, CrossTraining, Mobility, Power Pump.

Personal trainer

2018 - 2020

[Virgin Active](#), [Roma](#)

Certified Personal Trainer presso le sedi di Roma Talenti, Roma Eur e Roma Via Mantova. Group Trainer presso la sede di Roma Mantova

Personal Trainer e Istruttore di Sala

2016 - 2018

[Green House](#), [Roma](#)

Istruttore di Sala pesi e Personal Trainer.

Preparatore Atletico e Personal Trainer individuale

2012 - oggi

[Freelance](#)

Alleno Persone e Atleti che vogliono migliorare le loro performance sportive e la loro condizione fisica.

Personal Trainer Academy Londra

2012

[YMCA London](#)

Attività di Personal Training e Group Class di : Trx, Functional Training, Pilates, Spinning e Yoga.

Roma

Davide Falconi