

Alessandro Garbarino



10022, Carmagnola (TO)
Data di nascita: 15/03/1991
Patente di guida: Categoria B

garbarino.nutrizionista@gmail.com
388 6520652

Profilo professionale

Biologo Nutrizionista con esperienza nel settore e forte determinazione alla crescita professionale. Ottime capacità di gestione delle esigenze specifiche di soggetti sportivi agonisti e amatori, considerata anche l'esperienza quasi decennale nel mondo del fitness. Sa inserirsi rapidamente in nuove organizzazioni di lavoro grazie a buone doti comunicative, predisposizione al lavoro di squadra e attitudine positiva.

Capacità e competenze

- Strutturazione piani alimentari personalizzati
- Valutazione composizione corporea (in possesso di BIA 101 BIVA PRO)
- Elaborazione piani di allenamento personalizzati
- Abilità relazionali

Esperienze lavorative

Biologo Nutrizionista

Gennaio 2023 – oggi

- Elaborazione piani alimentari personalizzati per soggetti sportivi (agonisti e amatori) e per chiunque desideri migliorare la propria composizione corporea o modificare le proprie abitudini alimentari
- Valutazione composizione corporea mediante circonferenze e BIA

Istruttore sala pesi e personal trainer presso Centro Sportivo Villasport – Villastellone (TO)

Settembre 2018 – gennaio 2023

- Lezioni personal one to one
- Elaborazione piani di allenamento personalizzati
- Assistenza sala pesi

Tirocinante nutrizionista presso Nutrizionista abilitata – Carmagnola (TO)

Luglio 2022 – settembre 2022

- Affiancamento in studio con biologa nutrizionista per stesura piani alimentari personalizzati sulla base delle esigenze del paziente
- Valutazione dello stato nutrizionale del paziente mediante rilevazione delle misure antropometriche

Istruttore sala pesi e personal trainer presso SSD Carmafitness – Carmagnola (TO)
Settembre 2017 – febbraio 2022

- Lezioni personal one to one
- Elaborazione piani di allenamento personalizzati
- Assistenza sala pesi

Istruttore sala pesi e personal trainer presso ASD Elite Sport Club – Carmagnola (TO)
Febbraio 2015 – maggio 2017

- Lezioni personal one to one
- Elaborazione piani di allenamento personalizzati

Istruzione e formazione

Master specialistico: Nutrizione Sportiva Completa, in corso
TECH Universidad Tecnológica, Italia

Corso di aggiornamento: Laboratorio pratico di composizione corporea con bioimpedenziometria – Nutrizione, 2023
Akern Academy

Corso di aggiornamento: Road to performance 2023, Scienze e formazione al servizio dello sport d'eccellenza, 2023
Akesios Group

Corso di aggiornamento: L'interpretazione delle analisi ematochimiche, 2023
Scuola di Nutrizione Salernitana

Iscrizione all'Ordine dei Biologi del Piemonte, della Liguria e della Valle d'Aosta, 2023

Esame di stato abilitante alla professione di Biologo (sezione A), dicembre 2022

Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana, 2022

Università Telematica San Raffaele

Tesi di laurea: "Alterazione del microbiota intestinale e sviluppo di malattie allergiche: correlazione tra dieta, disbiosi e malattie allergiche"

Laurea Triennale in Scienze Motorie, 2019

Università Telematica Pegaso

Competenze linguistiche

Italiano: LINGUA MADRE

Inglese: livello intermedio-superiore (B2)

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e dell'art. 13 GDPR (regolamento UE 2016/679) ai fini della ricerca e selezione del personale.