

CURRICULUM VITAE



Riccardo Cento

Nato a Como, il 06/05/1993

Residente in via Luigi Neri 369 a Valmorea (Como); Cap: 22070

Recapiti telefonici: 031 807153 (fisso); 392 6434793 (cellulare)

Email: riccardo.cento@virgilio.it

Altezza: 195 cm

Peso: 85 Kg

STUDI COMPIUTI

- Febbraio 2020: **Laurea triennale in Scienze Motorie e Sportive** presso l'università E-Campus di Novedrate (Como) – votazione 86/110
- Giugno 2012: **Maturità Scientifica** presso il Liceo della comunicazione ad indirizzo sportivo "Michelangelo" di Monteolimpo (Como) – votazione 60/100

ESPERIENZE FORMATIVE

Febbraio 2023: istruttore di Padel primo livello Csen

Luglio 2023 : Laboratorio didattico SGS Scuola Padel

Marzo 2022 : Diploma auto allenatore Padel (Accademia Italiana Fitness)

- Gennaio 2021: ho frequentato con esito positivo il corso online **"Corso Match Analyst Professionista"** di Udemy
- Ottobre 2020: ho conseguito il diploma di allenatore di calcio denominato **"Allenatore di giovani calciatori UEFA C"**- votazione 110/140
- Settembre 2019: ho frequentato con esito positivo il corso **"Football Match Analyst Longomatch Certification"** di Elite Football Center a Roma
- Aprile 2019: ho frequentato on line il corso base **"sicurezza sul lavoro"** dell'università E-campus di Novedrate (Como)
- Da gennaio a marzo 2019: ho frequentato il corso di formazione per allenatori di calcio **"2° VARESINA CDF COACH MASTER"**
- Da marzo a aprile 2018: ho frequentato il corso di formazione per allenatori di calcio **"VARESINA COACH MASTER"**

- Da settembre 2018 a giugno 2019: tirocinante presso la società di calcio **“COMO 1907 s.r.l”** per le categorie del settore giovanile
- Da settembre 2018 a giugno 2019: tirocinante di sala corsi e sala pesi presso la palestra **“Sport e benessere club”** di Brebbia (Varese)
- Da marzo a aprile 2011: ho frequentato con esito positivo il corso di calcio **“Teoria e metodologia dell’allenamento”** di Accademia Italia
- Da gennaio a febbraio 2011: ho frequentato con esito positivo il corso **“Coerver Coaching, 1°livello”**
- Da gennaio a febbraio 2011: ho frequentato con esito positivo il corso di calcio **“Istruttore di base CONI FIGC”**
- Da settembre 2007 a giugno 2012: ho frequentato il corso di **Judo** presso la palestra di Monteolimpino
- Da settembre 2007 a giugno 2012: ho frequentato il corso di **Nuoto** presso la piscina Sinigaglia di Como
- Da settembre 2007 a giugno 2012: ho frequentato il corso di **Tennis** presso il “Tennis Club” di Tavernola

ESPERIENZE PROFESSIONALI SCOLASTICHE

- Da ottobre 2020: Insegnante di Motoria presso **“Asilo infantile San Francesco”** di Venegono Superiore
- Da ottobre 2020 a giugno 2020 : Insegnante di Motoria presso **“Asilo infantile Conte Filippo e Carolina Rusca”** di Lurago Marinone
- Da ottobre 2020 a giugno 2020 : Insegnante di Motoria presso la **“Scuola elementare Alessandro Volta”** di Fenegrò
- Dal 2021 al 2023 :Insegnante di Educazione motoria con progetti scolastici nelle scuole primarie

ESPERIENZE PROFESSIONALI SPORTIVE

Stagione 2022-2023 : allenatore under 14 SSD CEDRATESE (Campioni Provinciale) ,

Istruttore Go – All asilo del calcio presso Ronago

Stagione 2021-2022 : allenatore under 16 Accademia Varesina

Da marzo 2021 : allenatore di calcio presso la società **“ SSD Riozzese Como WOMEN”** per la categoria Primavera Nazionale

- Da settembre 2020 a Febbraio 2020 : vice allenatore e preparatore atletico presso la società di calcio **“ SSD Riozzese Como WOMEN”** per la categoria Primavera Nazionale
- Da settembre 2020: allenatore presso la società di calcio **“San Giorgio Luraghese”** per la categoria Scuola Calcio

- Da gennaio 2020 a giugno 2020: allenatore presso la società di calcio **“US Itala”** per la categoria Giovanissimi
- Da settembre 2019 a giugno 2020: allenatore presso la società di calcio **“ASD CDG Veniano”** per la categoria Scuola Calcio
- Da settembre 2019 a giugno 2020: allenatore presso la società di calcio **“Carugo Academy”** per la categoria Scuola Calcio
- Da settembre 2019 a giugno 2020: allenatore presso la società di calcio **“US Itala”** per la categoria Scuola Calcio
- Da settembre 2019 a giugno 2020: preparatore atletico presso la società di pallavolo **“San Giorgio Luraghese”** per la categoria Prima Squadra partecipante al campionato di 3° divisione
- Da luglio 2019 a settembre 2019: Match Analyst presso la società di calcio **“USD Castellanzese 1921”** per la categoria prima squadra partecipante al campionato LND
- Giugno 2019: istruttore di calcio presso **“Como Camp”** di **“Como 1907 s.r.l.”**
- Da novembre 2018 a giugno 2019: preparatore atletico presso la società di calcio **“Como 1907 s.r.l.”** per la categoria Giovanissimi
- Da settembre a ottobre 2018: allenatore presso la società di calcio **“AC Gozzano s.r.l.”** per la categoria esordienti a 9
- Da settembre 2018 a giugno 2019: allenatore presso la società di calcio **“ASD CDG Veniano”** per la categoria Allievi
- Giugno 2018: istruttore di calcio presso **“Como Camp”** di **“Como 1907 s.r.l.”**
- Da settembre 2017 a giugno 2018: preparatore atletico presso la società **“ASD Varesina Calcio 2010”** per la categoria Giovanissimi
- Giugno 2017: istruttore di calcio presso **“Atalanta summer Camp”** presso Vengono Inferiore
- Da settembre 2016 a giugno 2018: allenatore di calcio presso la società **“ASD Varesina Calcio 2010”** per la categoria Esordienti a 9
- Da Febbraio 2016 a giugno 2016: allenatore di calcio presso la società **“Ardisci e spera 1906”** per la categoria Allievi Provinciali
- Da Settembre 2014 a giugno 2015: allenatore di calcio presso la società **“Eracle sport”** per le categorie esordienti a 9 e Pulcini a 7
- Da settembre 2013 a giugno 2017: allenatore presso la società di calcio **“US ALBATESE”** per la categoria Scuola Calcio
- Da settembre 2013 a giugno 2014: preparatore dei portieri presso la società **“US Fulgor Appiano”** per le categorie pulcini ed Esordienti

- Da settembre 2013 a giugno 2014: allenatore presso la società di calcio **“ASD Cittadella 1945”** per la categoria Scuola Calcio
- Da settembre 2013 a giugno 2014: allenatore presso la società di calcio **“US Cavallasca”** per la categoria Scuola Calcio
- Da settembre 2013 a giugno 2014: allenatore presso la società di calcio **“US Albatese”** per la categoria Esordienti a 9
- Da Luglio 2011 a giugno 2013: collaboratore tecnico presso la società di calcio **“GSD Faloppiese Ronago”** per la categoria Giovanissimi regionali
- Da Luglio 2011 a giugno 2013: allenatore presso la società di calcio **“GSD Faloppiese Ronago”** per la categoria Pulcini
- Da Luglio 2009 a giugno 2011: allenatore presso la società di calcio **“ASD San Fermo”** per la categoria Pulcini

CONOSCENZE LINGUISTICHE

- Inglese: buon livello sia scritto che parlato (stage a Oxford)

CONOSCENZE INFORMATICHE

- Livello base
- Conoscenza dei principali browser di navigazione internet

ALTRE INFORMAZIONI

- Interessi: lettura, sport e balli caraibici

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base art. 13 del D. Lgs. 196/2003

Data: _____;

Firma: _____