

POMPA DARIO

Esperienze Team Sports

2019 - 2021: Head of Performance U23 presso “**Philadelphia Union**” (MLS), Philadelphia, USA

2018 - 2020: Sport Scientist presso il centro di Alta Performance “**Knowles Athletic**”, Philadelphia, USA. Lavorando con Atleti Internazionali quali Danny Welbeck, Carson Wentz, Marland Yarde, Sam Docherty, Chris Long, Lea Davison.

2018: Consulente Sport Science “**Entente Sportive Sétifienne**”, Algerian Ligue 1

08/2017 – 12/2017: Responsabile area Performance per “**Liverpool FC International Academy New Jersey**”, USA

2015 – 2016: Training Load Analyst (analisi dati GPS) per “**A.S.D Capitolina C5**” – Serie B, Calcio a 5, Italia

2014 – 2016: Preparatore Fisico “**SFF Atletico**” – Serie D, Calcio, Italia

2012 – 2013: Sport Scientist per “**J. Malucelli Futebol, Coritiba foot-bal Clube, Gremio Esportivo Osasco, Ituano Futebol clube**” – 1st and 2st Division, Brasile

2010 – 2011: Preparatore Fisico “**A.C.D. Acquadotto C5**” – Serie B, Calcio a 5, Italia

2008 – 2010: Preparatore Fisico settore giovanile “**S.S.D. Rugby Roma Olympic**” – Serie A, Rugby Italia

Dal 2008 Preparatore Fisico individuale per giocatori professionisti e dilettanti sport di squadra (Calcio, Calcio a 5, Basket, Volley, Rugby, Flag football) ed individuali (tennis, Boxe)

Esperienze varie

Dal 2021 Membro del BIND - Behavioural Imaging and Neural Dynamics Center, Università Chieti-Pescara, Italia

Dal 2015: Direttore Didattico e Coordinatore dipartimento Applied Sports Science per Accademia Preparatori Fisici (APF), Italia

Dal 2012: Relatore in Conferenze, Corsi, Meeting in Italia, Argentina, USA sulla valutazione degli aspetti neuromuscolari e metabolici della (approccio di Di Prampero). Valutazione e allenamento dell'alta performance negli sport di squadra

2007 - 2010: Assistente Ricerca nello sport presso il laboratorio “Human Performance Lab and Training, Carmelo Bosco” – Università di Roma Tor Vergata, dipartimento di Scienze Motorie. Focus: Aspetti neuromuscolari e metabolici negli sport di squadra

Titoli Accademici

Phd student in Medicina traslazionale presso Università di Chieti-Pescara

Laurea Magistrale in “Scienze e Tecniche dello sport” presso l’Università di Roma Tor Vergata

Master Universitario di 1° livello: “Teoria e tecniche della preparazione atletica nel calcio” presso l’Università di Pisa e Verona

Master Universitario di 1° livello: “Personal Trainer, basi scientifiche e metodologiche” presso l’Università Tor Vergata presso Università di Roma Tor Vergata

Laurea Triennale in “Scienze Motorie” presso l’Università di Roma Tor Vergata

Competenze Professionali

Advanced Physiology Lab:

Analisi Metabolica (Vo2 Max, Costo Energetico, VAM) con Cosmed K4-K5

Biomechanics:

Pedane di Forza (Force Decks, Kistler), EMG (BTS, Myontec technology), Piattaforma Inerziale (IMU), Timing Gates, Contact Mat, Microgate Opto Jump

Training monitoring data

GPS (analisi Potenza Metabolica, Player Load), Frequenza Cardiaca (HRR-HRV), Training Load, Velocity Based Training.

Data Analysis Software

Excel, Power Point, GraphPad Prims, Biomovie, Kinovea, Power BI, Tableau, R (basic)

Certificazioni

- Corso per l'abilitazione a "Preparatore Atletico Professionista" F.I.G.C. presso il centro tecnico Federale di Coverciano, Firenze.
- Corso per l'abilitazione a "Allenatore di Giovani Calciatori –Uefa Grassroots C Licence".
- Certified Strength and Conditioning Specialists (CSCS) – NSCA
- Level 1 "Certified Functional Strength Coach" by Mike Boyle Strength & Conditioning
- Corso "Preparatore di alta specializzazione per l'allenamento della forza" F.I.P.E presso il centro olimpico di Roma
- Corso preparatori fisici Federazione Italiana Rugby (FIR) con il rilascio del patentino di Preparatore Atletico

Lingue

Italiano, Inglese (B2)

Referenze

1. **Vito Azzone**

Preparatore Nazionale Italiana U19 di Calcio

Phone: +39 393 851 7194 E-mail: vitoazzone79@gmail.com

2. **Cristian Savoia**

Preparatore Nazionale A di calcio femminile

Phone: +39 3281093571 E-mail: cristiansavoia@gmail.com

3. **Bill Knowles**

Director Reconditioning / Athletic Development presso Knowles Athletic (Wayne. PA, US)

Phone +1 (484) 580-6708 E-mail: bknowles@hpsports.com