

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome Lorenzo Ferrante  
Indirizzo Via F. Engels, 7 – 20153 Milano  
Telefono 02 39445983 - Cell. 339 2069796  
Fax 02 39445983  
E-mail [lorenzoferrante.dott@gmail.com](mailto:lorenzoferrante.dott@gmail.com) P.E.C. [prof.ferrante@pec.it](mailto:prof.ferrante@pec.it)  
Nazionalità Italiana  
Data di nascita 16 Maggio 1966

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

**Anno** 2017  
**IDEATORE** del progetto “DRITTI A SCUOLA - La postura nei bambini”, presso l’istituto comprensivo di Sant’Angelo Lodigiano nelle scuole primarie delle tre sedi di Sant’Angelo, Marudo e Valera Fratta riservato alle classi 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup>.

**Anni** 2016-2017  
**Docente di Posturologia** all’interno del Corso di Osteopatia presso la W.S. Educational Center di Busto Arsizio (ente di formazione accreditato dalla regione Lombardia)

**anni** 2016  
**Ideatore e docente del Master di aggiornamento in Posturologia Programma Vivere Senza Dolori.**

**anni** 2010- ad oggi  
**Scrittore** area salute naturale, benessere, alimentazione

**anni** 2014- ad oggi  
- Formatore ECM di Posturologia x il provider Tecniche Nuove ed Ideatore del Corso di Formazione “Posturologia Applicata allo studio e al trattamento dei dolori muscolo articolari e generali”

**anni** 2014  
- Collaborazione ASL di Mantova all’interno del progetto Diana 5

**anni** 2010-ad oggi  
membro dell’Unione Nazionale Chinesiologi (**UNC**)

**anni** 2012  
**SUPPLENZA di Educazione Fisica presso l’Istituto Comprensivo “Galvani” di Milano (settembre-novembre)**

**anni** 2012  
Docente del corso di educazione posturale “Vivere senza dolori” a favore delle associazioni ALOMAR ( Malati Reumatici), AISF (Sindrome fibromialgica).

**anni** 2011  
Docente per l’associazione Coscienza e Salute del corso “**Alimentazione naturale per**

**ragazzi”** tenuto presso l’Istituto Caterina da Siena di Milano

Assistente nel servizio di **Doposcuola** tenuto dalla medesima associazione presso l’Istituto Ilaria Alpi di Milano.

**anni**

**2010 -2016: COLLABORATORE CON L’ISTITUTO NAZIONALE DEI TUMORI DI MILANO**

All’interno dello staff del **Prof. Berrino** si occupa della parte di **attività posturale** all’interno del progetto **Diana 5** un progetto per la riduzione delle recidive del tumore al seno che introduce, oltre ai farmaci, una alimentazione a base vegetale e attività fisica.

**anni**

**2009-2012**

**Ideatore e docente del programma “VIVERE SENZA DOLORI”** tenuto per l’**Associazione Coscienza e Salute** presso il Centro per la terza età di via Narcisi 3 Milano, finanziato dal Consiglio di Zona 6 del comune di Milano; presso il Centro “Cascina San Paolo” finanziato dal Consiglio di Zona 2 ; dal comune di **Cernusco sul Naviglio**; all’interno del Progetto **DIANA5** presso l’**Istituto dei Tumori** di Milano.

**Ideatore e docente del programma “DRITTI ALLO SPORT”** per ragazzi dai 14 ai 20 anni proposto al **Consiglio di Zona 6** ed al comune di **Cernusco sul Naviglio (MI)**.

Ideatore e docente del programma “LA SALUTE AL LAVORO” un programma dedicato alle aziende ed enti pubblici o privati che desiderano insegnare ai propri dipendenti e collaboratori una migliore igiene posturale e di educazione alla salute per prevenire i danni da stress lavorativo psichico, fisico e visivo.

Docente del corso “EDUCAZIONE ALLA CALMA” per genitori tenuto presso l’Istituto De Marchi – Gulli di Milano

Assistente e co-docente del corso “EDUCAZIONE ALLA CALMA” per Genitori, organizzato dall’Associazione “COSCIENZA e SALUTE” presso l’ICS “CAPPONI” di Milano e presso il Primo Circolo Scolastico di via Manzoni di CERNUSCO Sul NAVIGLIO (MI) finanziato dalla Regione Lombardia.

Assistente del corso “STUDENTI CONSAPEVOLI” organizzato dall’Associazione “COSCIENZA e SALUTE” per Studenti, presso l’Istituto SMS “GULLI” e presso l’Istituto ICS “CAPPONI” di Milano, finanziato dalla Regione Lombardia

**anni**

datore di lavoro

**2008-ad oggi**

*CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale), Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal C.O.N.I.*

tipo di azienda o settore

Ente di formazione professionale nell’ambito del fitness

tipo di impiego

Collaboratore libero professionista – **Docente Nazionale di Posturologia**

principali mansioni e responsabilità

*Docente di Educazione Posturale e Motoria;*

*Docente di Fitness*

datore di lavoro

**2008-2010 Caroli Health Club di Milano in via Senato 11 Milano e Spa Ferrè**

tipo di azienda o settore

Centro fitness SPA center

tipo di impiego

Collaboratore libero professionista

principali mansioni e responsabilità

Posturologo

datore di lavoro

Coscienza e Salute

tipo di azienda o settore

Associazione di promozione sociale

tipo di impiego

Collaboratore di corsi di gruppo di rilassamento e di miglioramento dell’equilibrio

principali mansioni e responsabilità

Istruttore

**anni**

datore di lavoro

**1989 – 2007**

*Club Francesco Conti, Corso Como 15, Milano*

tipo di azienda o settore

Centro fitness

tipo di impiego

collaboratore libero professionista

principali mansioni e responsabilità

**Personal trainer**

**anni**

datore di lavoro

**2002 – 2014**

Associazione Coscienza e salute

tipo di azienda o settore

Associazione di promozione sociale

tipo di impiego  
principali mansioni e responsabilità

**anni**  
datore di lavoro  
tipo di azienda o settore  
tipo di impiego  
principali mansioni e responsabilità

**anni**  
datore di lavoro  
tipo di azienda o settore  
tipo di impiego  
principali mansioni e responsabilità

**anni**  
datore di lavoro  
tipo di azienda o settore  
tipo di impiego  
principali mansioni e responsabilità

**anni**  
datore di lavoro  
tipo di azienda o settore  
tipo di impiego  
principali mansioni e responsabilità

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- anno
- Nome istituto
- Qualifica conseguita

- anno
- Nome istituto
- Qualifica conseguita

- anno
- Nome istituto
- Qualifica conseguita

- anno
- Nome istituto
- Qualifica conseguita

- Nome istituto
- Qualifica conseguita

- anno
- Nome istituto
- Qualifica conseguita

- Nome istituto
- Specializzazioni

- anno
- Nome istituto

Collaboratore

Tiene conferenze all'interno dell'associazione "Coscienza e Salute" sui temi del benessere e dell'alimentazione.

### 2002-2007

Rivista "Oltretutto"

Rivista del settore della salute naturale e benessere globale

volontario

giornalista

### 2002-2007

Studio Sport 2000 srl del prof. Daniele Raggi (Mi)

Studio privato di chinesiologia e posturologia

Collaboratore libero professionista

Chinesiologo, Terapista posturale e Docente professionale del Metodo Raggi con Pancafit®

### 2001

Canale 5,

Televisione privata

Collaboratore libero professionista nella trasmissione "VIVERE BENE"

Istruttore di ginnastica posturale

### 1997 - 2001

Gruppo Editoriale Futura

Casa editrice

Collaboratore esperto di ginnastica e fitness

Articolista nelle riviste "FITNESS MAGAZINE" E "MAXIM"

### 2018

Università SAN RAFFAELE - Roma

Laurea magistrale (LM67) in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate

Votazione: 110/110

### 2017

Università UNIPEGASO - NAPOLI

FREQUENZA MASTER IN POSTUROLOGIA. **Votazione:30/30 + LODE**

### 2014

Università UNICUSANO - ROMA

FREQUENZA MASTER IN NUTRIZIONE CLINICA. **Votazione:110/110**

### 2004

Università CATTOLICA DEL SACRO CUORE DI MILANO

Dottore in Scienze Motorie. **Votazione: 105/110**

Associazione Coscienza e Salute

**Insegnamento dei corsi di Reiling (rilassamento) e Rullofit (equilibrio)**

### 2002

Scuola italiana di Heiltractiker e Naturopati di Milano

**Naturopata (3 anni)**

Scuola italiana di Heiltractiker e Naturopati di Milano

Psico Kinesiologia (1 anno)

### 1998-2000

Studio Sport 2000 S.r.l. (MI)

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>• anno</li> <li>• Nome istituto</li> </ul> </li> <li>• Specializzazione</li> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>• anno</li> <li>• Nome istituto</li> </ul> </li> <li>• Specializzazione</li> <li>• Qualifica conseguita</li> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>• anno</li> <li>• Nome istituto</li> </ul> </li> <li> <ul style="list-style-type: none"> <li>• anno</li> <li>• Nome istituto</li> </ul> </li> <li>• Qualifica conseguita</li> </ul>	<p>Master Metodo Raggi con Pancafit®</p> <p><b>1999 (2 gg)</b> Associazione Culturale Coscienza e Salute (MI) Corso di Alimentazione Naturale Integrale Consapevole</p> <p><b>1998-2000</b> Studio Sport 2000 S.r.l. (MI) <b>Master Metodo Raggi con Pancafit®</b> <b>Terapista qualificato e docente Metodo Raggi con Pancafit®</b></p> <p><b>1986-1989</b> <i>Frequenza ISEF di Foggia fino alla tesi</i></p> <p><b>1986</b> Liceo Scientifico "Aldo Moro" di Margherita di Savoia (FG) <b>Diploma di maturità Scientifica.</b> Votazione 40/60</p>
<b>CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI</b>	
Capacità e competenze relazionali	<b>Ottima empatia e osservazione. Intuito e creatività ottime.</b>
Pubblicazioni	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pubblicazione libro "<b>Vivere senza dolori con l'Educazione Posturale</b>", ed Tecniche Nuove – Milano, Feb. 2014</li> <li>- Pubblicazione libro "<b>Sano e vegano</b>", ed Tecniche Nuove - Milano, Set. 2015</li> <li>- Pubblicazione libro "<b>Vivere senza mal di schiena – 1000 cause 1000 soluzioni</b>" per la casa editrice Tecniche Nuove, Milano - Febbraio 2017</li> </ul> <p>Articoli di fitness e benessere per le riviste "Fitness Magazine" e "Maxim" dal 1997 al 2001;</p>
Partecipazioni televisive	<p><b>2016:</b> Ospite <b>Rai 1 "Estate in diretta"</b> sul tema alimentazione vegetale Ospite <b>Rai 1 a Rai Parlamento</b> sul tema della salute e alimentazione naturale</p> <p><b>2014:</b> Ospite <b>Mediaset, Canale 5</b>, all'interno della trasmissione Mattino 5 come esperto sui temi della salute, alimentazione ed educazione posturale.</p> <p><b>2014</b> partecipa a trasmissioni televisive come esperto di postura: <b>SETTESERA - 7Gold 2001</b> Ospite <b>Mediaset, Canale 5</b> come esperto di ginnastica posturale all'interno della trasmissione, condotta da Maria Teresa Ruta, <b>VIVERE BENE</b>, per 10 puntate</p>
Conoscenze informatiche	Padronanza del pacchetto Office (Word, Excel, Power Point) su Mac o su Pc; Dimestichezza con i programmi di montaggio di supporti audiovisivi come iMovie; dimestichezza con programmi di impaginazione Adobe (in Design)
Lingue conosciute	Discreta conoscenza della lingua inglese sia parlata che scritta
Patente	Patente A e B

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali ai sensi della L. 675/96 per le Vostre esigenze di selezione e comunicazione