

## Curriculum

Consegue la laurea di primo livello in Scienze Motorie e la laurea di secondo livello in Attività Motorie Preventive e Adattate presso l'Università degli Studi di Roma "Foro Italico". Dottore di Ricerca in "Aspetti Biologici e Metodologici delle Attività Motorie Preventive e Adattate" presso l'Università degli Studi di Roma "Foro Italico". Collabora con l'Appalachian State University, Boone (NC), USA e con il dipartimento di Sports Sciences presso l'Universität Wien, Vienna, Austria. In queste università, perfeziona metodologie di allenamento, tecniche di ricerca e tecniche per la valutazione del livello delle capacità di prestazione sportiva. Professore presso l'Università di Scienze Motorie "Foro Italico" nella disciplina di "Basi delle Attività Motorie" e la disciplina "Attività Motoria per l'Età Evolutiva e Anziani".

Svolge le sue ricerche nel campo della scienza dell'allenamento. Si occupa in particolare del costo energetico della prestazione sportiva e della attività motoria preventiva e adattata. Nel 2009 lavora presso la palestra di riabilitazione metabolica dell'Istituto Nazionale di Ricerca e Cura dell'Anziano (INRCA) per il miglioramento della fitness nei soggetti anziani, diabetici e obesi.

Nel 2009 riceve un riconoscimento dall'American College of Sports Medicine per la stesura di uno studio dal titolo "Heart rate and estimated energy expenditure during three different salsa dancing conditions" per il suo elevato interesse mediatico.

Nel 2010 pubblica la sua prima monografia: Type 5 Inhibitors: Physical Performance Effects. VDM-Verlag Pub, Berlin, Germany, 2010.

Dal 2007 si specializza nella valutazione e prescrizione dell'esercizio fisico in ambito riabilitativo e sportivo per la salute. di Roma e assegnista di ricerca presso l'Università degli studi di Roma "Foro Italico". Ambito di ricerca: Valutazione motoria e prescrizione dell'esercizio fisico nei soggetti obesi sarcopenici.