

CONTATTI

EMAIL
mansimontenegroalessio@gmail.com

TELEFONO / WHATSAPP
+39 366 193 5176

ZONA
Milano e provincia

DATI PERSONALI

ETÀ
26 anni

CITTÀ
Milano

DISPONIBILITÀ
Immediata, anche in trasferta

COMPETENZE

- Gestione completa del gruppo squadra
- Pianificazione e conduzione delle sedute
- Match analysis e lettura della partita
- Leadership e rapporto con la dirigenza
- Metodologia dell'allenamento giovanile

SISTEMI DI GIOCO

- 4-3-3 — gioco di ampiezza e 1v1
- 3-5-2 — superiorità e fasce laterali

LINGUE E SOFTWARE

ITALIANO
Madrelingua

INGLESE
Buono

STRUMENTI
Video analisi, fogli di lavoro, presentazioni tattiche

Alessio Mansi Montenegro

ALLENATORE DI CALCIO — SETTORE GIOVANILE

PROFILO PROFESSIONALE

Allenatore con cinque anni di esperienza nel settore giovanile e studente al III anno di Scienze Motorie presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano. Competenze nella programmazione delle sedute, nella conduzione tecnico-tattica e nella gestione del gruppo. Metodo situazionale orientato allo sviluppo del calciatore.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Bicocca United — Allievi

2022 – Presente

Allenatore primo responsabile

- Gestione tecnica, tattica e comportamentale completa della squadra.
- Pianificazione e conduzione delle sedute di allenamento settimanali.
- Guida della squadra nelle partite domenicali e rapporti con la dirigenza.

Società Villa — Allievi

2021

Collaboratore tecnico

- Collaborazione attiva a fianco dell'allenatore capo durante gli allenamenti.
- Supporto logistico, gestione delle attrezzature e analisi sul campo in partita.

FORMAZIONE

Scienze Motorie — Università Cattolica del Sacro Cuore, Milano

III anno

Anatomia Umana — struttura e funzione del corpo.

Biomeccanica — analisi del gesto tecnico.

Psicologia dello Sport — gruppo, motivazione, focus.

Fisiologia dell'Esercizio — risposte allo sforzo.

Metodologia dell'Allenamento — carichi e cicli di lavoro.

Didattica Motoria — insegnamento applicato al calcio.

FILOSOFIA DI GIOCO

Gioco propositivo e ampiezza. Sviluppo sulle corsie laterali, sovrapposizioni e duelli 1 contro 1 per creare superiorità e linee di passaggio.

Metodologia situazionale. Possessi e partite a tema con vincoli di spazio, tempo e rapporti numerici per integrare percezione, scelta ed esecuzione.

Gestione del gruppo e mentalità. Responsabilità individuale, comunicazione e disciplina collettiva, nel rispetto dell'età e del percorso del calciatore.

DISPONIBILITÀ

Disponibile da subito per ruoli nel settore giovanile a Milano e provincia: allenatore responsabile, collaboratore tecnico o allenatore dei portieri in affiancamento allo staff. Aperto a colloqui conoscitivi e a periodi di prova sul campo.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Regolamento UE 2016/679 (GDPR) e del D.Lgs. 196/2003 e ss.mm.ii. — Alessio Mansi Montenegro, Milano