

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome  
Indirizzo  
Telefono  
Fax  
E-mail

**ANTONIO URSO**

Nazionalità

Italiana

Luogo e data di nascita

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

- Dal **26.01.1981** Dipendente del Ministero dell'Interno Dipartimento della Polizia di Stato, in servizio presso la Polizia di Frontiera scalo aereo di Roma Fiumicino, con la mansione di Istruttore per la formazione professionale.
- Dal **26.02.2005** è Presidente della Federazione Italiana di Pesistica (FIPE) con mandato fino al **31.12.2016**. Di diritto membro del Consiglio Nazionale del Comitato Olimpico Italiano (CONI), in carica fino al **31.12.2016**;
- Dal **13.04.2008** è Presidente della Federazione Europea di pesistica (EWF), di diritto membro dell'Esecutivo della Federazione Internazionale di Pesistica IWF con mandato fino al **31.12.2016**;
- Dal Febbraio **2012** è Direttore della rivista "Strength & Conditioning" per una scienza del movimento dell'uomo

**ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

- Diploma di Ragioniere e Perito Commerciale conseguito nel **21.07 2000** con votazione **78 / 100**;
- Laurea HC in Scienze Legali presso Leibniz University New Messico USA conseguita nel **21.10.2002**;
- Laurea in Scienze Motorie presso l'Università degli studi di Roma Tor Vergata conseguita il **16.10.2006** con votazione **106 / 110**;
- Laurea Magistrale in Attività Motorie Preventive e Adattate presso l'Università degli studi di Roma Tor Vergata conseguita il **29.04.2009** con votazione **110 / 110 e LODE**;
- Master 1° livello Scienze Motorie Preventive Adattate e Recupero Atletico presso l'Università degli studi di Roma Tor Vergata conseguito il **08.11.2007** con votazione **110 / 110 e LODE**;
- Mater di II° livello in Neurofisiologia e Psicologia dello Sport Presso UNiversità L.U.M.S.A. di Roma 08.03.2018 con Votazione 110/110 e LODE
- Diploma della Regione Lazio (legge regionale n.23 del 25/02/92) e della Presidenza del Consiglio dei Ministri di specializzazione in lingua inglese:  
Diploma in Massofisioterapia conguito presso la Regione Umbria il 07 sett 2022
- **1984** – Acquisizione della qualifica di allenatore di pesistica
- **1990** - Acquisizione della qualifica di Istruttore di Pesistica e Cultura Fisica
- **2002** - Acquisizione della qualifica di Maestro di Pesistica e Cultura Fisica
- **2012** – Acquisizione della qualifica di Tecnico di 4° Livello Europeo

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
PERSONALI**

1977 - 1 ° Classificato ai Campionati Italiani Esordienti  
1978 - 1 ° Classificato al Criterium Nazionale Allievi  
1978 - 3° Classificato ai Campionati Italiani Allievi  
1979 - 1° Classificato ai Campionati Italiani Allievi  
1979 - Campionati Italiani Allievi, record italiani negli esercizi di strappo, slancio e totale per la classe allievi  
1980 - 2° Classificato ai Campionati Italiani Junores  
1981 - 1 ° Classificato ai Campionati Italiani Assoluti a Squadre  
1981 - 1° Classificato ai Campionati Italiani Junores  
1982 - 2° Classificato ai Campionati Italiani Junores  
1983 - 2° Classificato ai Campionati Italiani Senior  
1984 - 2° Classificato ai Campionati Italiani Assoluti  
1985 - 1 ° Classificato alla Coppa Italia Under 23  
1986 - 1° Classificato ai Campionati Italiani Assoluti  
1988 - 2° Classificato ai Campionati Italiani Seniores  
1989 - 1° Classificato ai Campionati Italiani Assoluti  
1991 - Coppa CEE con l'incarico di allenatore nazionale italiana femminile (nazione 2° classificata)  
1992 - Campionati Europei Femminili con l'incarico di allenatore nazionale italiana femminile (1 oro, 2 argento, 1 Bronzo)  
1992 - Campionati del Mondo Juniores con l'incarico di allenatore nazionale italiana femminile  
1995 - Coppa CEE con l'incarico di allenatore nazionale italiana femminile (nazione 3° classificata)  
1995 - Campionati Europei Cadetti con l'incarico di allenatore nazionale italiana femminile  
1998 - Campionato del Mondo Juniores con l'incarico di allenatore nazionale italiana femminile  
1998 - Campionati Europei Cadetti: incarico di allenatore nazionale italiana femminile (1 argento, 2 Bronzo)  
1998 - Campionati Europei Juniores: incarico di allenatore nazionale italiana femminile  
1999 - Campionati Europei Cadetti: incarico di allenatore nazionale italiana femminile (2 Bronzo, 2 argento)  
1999 - Campionati Europei Juniores: incarico di allenatore nazionale italiana femminile  
2000 - Campionati Mondiali Juniores: incarico di allenatore nazionale italiana femminile

MADRELINGUA

**ITALIANA**

ALTRE LINGUA

**INGLESE**

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

buono  
buono  
buono

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI**

Ottima predisposizione a Vivere e lavorare singolarmente ed in gruppo, in ambiente multiculturale, in posizioni dove è richiesta capacità decisionale e progettuale. Ottima predisposizione inoltre, in tutte quelle situazioni in cui la comunicazione interna ed esterna è importante per lo sviluppo di situazioni di lavoro di squadra in ambiti culturali e sportivi.

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE	Coordinamento e amministrazione di persone in ambito nazionale ed internazionale per progetti, e redazione di bilanci; in attività di volontariato e professionale in ambito culturale e sportivo.
CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OTTIMA CONOSCENZA DEL PACCHETTO MICROSOFT OFFICE (WORD, EXCEL, POWER POINT, OUTLOOK)</li> <li>• CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE AVID PER LA CONOSCENZA DEL SOFTWARE PRO TOOLS PER LA REGISTRAZIONE E LA POST PRODUZIONE AUDIO E VIDEO - LIVELLO 210 TRAINER</li> </ul>
CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• GESTISCE LO STUDIO DI REGISTRAZIONE AUDIO "101 RECORDING STUDIO" IN ROMA</li> <li>• STRUMENTI SUONATI: PIANOFORTE E CHITARRA</li> </ul>
ONORIFICENZE	<p><b>1988</b> - Medaglia di Bronzo Comitato Olimpico Italiano CONI, al valore atletico  <b>2005</b> - Cavaliere della Repubblica di San Marino  <b>2006</b> - Medaglia d'oro al Merito di Servizio del Ministero dell'Interno dipartimento della P.S.  <b>2006</b> - Stella d'Oro Comitato Olimpico Italiano CONI, al Merito Sportivo  <b>2007</b> - Certificato di Merito EWF (European Weightlifting Federation)  <b>2014</b> - Commendatore della Repubblica Italiana  <b>2025</b> - Membro della "All of Fame" della IWF (International Weightlifting Federation)</p>
PUBBLICAZIONI	<p><b>1985</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Società Stampa Sportiva Roma, il libro: "<i>La Pesistica Scolastica</i>"  <b>2000</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Società Stampa Sportiva Roma, il libro: "<i>Le Basi Scientifiche del Potenziamiento Muscolare</i>"  <b>2002</b> - Pubblicato articolo sulla rivista "INFORMA", organo ufficiale della F.I.P.C.F. avente come tema, la distribuzione del carico di allenamento.  <b>2003</b> - Pubblicato articolo sulla rivista "INFORMA", organo ufficiale della F.I.P.C.F. avente come tema, la distribuzione del carico di allenamento.  <b>2003</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Società Stampa Sportiva Roma, il libro: "<i>Potenziamiento Muscolare: basi scientifiche ed indicazioni pratiche</i>"  <b>2003</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Società Stampa Sportiva Roma, il libro: "<i>Gli esercizi della pesistica</i>"  <b>2003</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Società Stampa Sportiva Roma, il libro: "<i>Il libro dei test</i>"  <b>2004</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Società Stampa Sportiva Roma, il libro: "<i>La pesistica a Caltanissetta: storia di un fenomeno sportivo e sociale</i>"  <b>2011</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Calzetti &amp; Mariucci Torgiano (Perugia), il libro: "<i>Pesistica Sport per tutti gli sport</i>"  <b>2012</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Calzetti &amp; Mariucci Torgiano (Perugia), in lingua inglese, il libro: "<i>Weightlifting: sport for all sport</i>";  <b>2013</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Calzetti &amp; Mariucci Torgiano (Perugia), il libro: "<i>Pesistica Sport per tutti gli sport</i>" – seconda edizione.  <b>2020</b> - Pubblicato per conto della casa editrice Calzetti &amp; Mariucci Torgiano (Perugia), il libro: "<i>Allenare la forza nei giovani</i>"</p>
PATENTE O PATENTI	Patente auto categoria "B"

Cerveteri li, 18.03.2026