

## EUGENIO CREDIDIO, CURRICULUM VITAE

---



### **Istruzione e formazione:**

- Diploma di maturità scientifica presso il liceo scientifico Galileo Galilei di Alessandria. Punteggio: 83/100
- Conseguimento della Laurea in Lettere con curriculum in Letterature Moderne Comparate con una tesi riguardante Teatro di Animazione. Punteggio di 102/110

### **Istruzione e formazione marziale**

#### **KARATE SHOTOKAN**

- 1994: inizio della pratica presso l'Accademia Kodokan di Alessandria, sotto la guida del Maestro Vincenzo Cacioppo (VI Dan)
- 2002: conseguimento del I Dan all'età di 15 anni e conferimento del memorial Gianni Notti assieme ad un attestato di benemerenzza dall'associazione Atleti Azzurri d'Italia per « l'eccezionale impegno e partecipazione in campo sportivo »
- 2005: conseguimento del grado di II Dan
- 2006: riconoscimento della qualifica tecnica di Allenatore.
- 2006: inizio dello studio volto a perfezionare la tecnica ed ampliare la cultura riguardante le arti marziali presso l'A.S.D. Dojo Fujiyama sotto la guida del Maestro Salvatore Strumiello (VII Dan). Inizio della frequentazione corsi di meditazione tenuti da Ines Fabretti.
- 2009: superamento dell'esame in sede nazionale da III Dan e riconoscimento della qualifica di Istruttore.

- 2013: Conseguimento del grado di IV Dan

## **JU JITSU**

- 1997: inizio della pratica sotto la guida del Maestro Vincenzo Cacioppo (VI Dan)
- 2007: conseguendo del I Dan e la qualifica di Allenatore
- 2008: conseguimento del II Dan ed Istruttore

## **CLOSE COMBAT SYSTEM**

- 2010: conseguimento della qualifica di Istruttore

## **KEYSI FIGHTING METHOD**

- 2013: conseguimento della qualifica di Master Instructor;

## **IMPACT – DIFESA DONNE**

- 2010: conseguimento della qualifica di Istruttore

## **Istruzione e formazione in scienze motorie:**

- Istruttore TRX riconosciuto da Fitness Anywhere;
- Certificazione ELAV Functional Training Sport Clinic;
- Certificazione CrossGym Functional Training;
- Certificazione CrossGym CrossFit Training;
- Certificazione Personal Trainer Non solo Fitness;
- Certificazione di attività motoria per l'età evolutiva;
- Certificazione ELAV kettlebell Training;

- Certificazione ELAV allenamento per il dimagrimento;
- Certificazione ELAV composizione corporea e metabolismo;
- Certificazione ELAV valutazione e allenamento metabolico avanzato per lo sport;
- Certificazione ELAV flessibilità e mobilità per lo sport;
- Certificazione ELAV prevenzione degli infortuni;
- Certificazione ELAV metabolic cross functional training;
- Certificazione ELAV periodizzazione avanzata dell'allenamento per lo sport;
- Certificazione Trigger Point Performance di tecniche di compressione miofasciale;
- Certificazione ELAV di tecniche di release miofasciale;
- Certificazione ELAV di Valutazione ed allenamento condizionale della forza per lo sport;
- Certificazione ELAV Biomeccanica degli esercizi per il fitness;
- Certificazione ELAV Valutazione dell'allenamento della forza e dell'ipertrofia per il fitness;
- Certificazione ELAV Valutazione dell'allenamento aerobico e metabolico per il fitness;
- Certificazione ELAV Flessibilità e mobilità per il fitness;
- Certificazione ELAV Programmazione dell'allenamento per il fitness
- Conseguimento della Basic Certification ELAV;
- Conseguimento della Expert Certification ELAV;

- Conseguimento della Specialist certification ELAV in allenamento per il dimagrimento;
- Conseguimento della Specialist certification ELAV in personal trainer con riconoscimento europeo;
- Conseguimento della Specialist certification ELAV in preparatore atletico sportivo;

#### **Attività d'Istruttore e insegnamento:**

##### **KARATE E JU JITSU:**

- 2006 – 2009: Accademia Kodokan, Alessandria.
- 2006 – 2012: Dojo Fujiyama, Torino.
- 2009 ad oggi: Dojo Shin Sui, Alessandria.
- 2013 - 2014: responsabile provinciale FIAM

##### **DIFESA PERSONALE:**

- 2009 ad oggi: Dojo Shin Sui, Alessandria.
- 2012 - 2013: co-responsabile nazionale per Keysi World Corporation

##### **FITNESS E PREPARAZIONE ATLETICA:**

- 2014 Consulente per i programmi di allenamento di Defence Lab con esperienza d'insegnamento in Gran Bretagna;
- dal 2014 Preparatore atletico del gruppo sportivo del Dojo Fujiyama;
- dal 2010 Preparatore atletico del gruppo sportivo del Dojo Shin Sui

##### **Altre esperienze:**

- Co - autore del libro "On the road, dialoghi all'ombra del Do";



- Responsabile della rubrica su "L'Informatore Alessandrino" sulla difesa personale;
- Membro della Stunt Crew del film Dark Ressurrection vol. 0;
- Assistente di Sala Stampa Rai di 3° livello durante il Festival di Sanremo negli anni 2009 – 2010.

#### CONTATTI

---

E-mail: [eugenio@urbanbudo.it](mailto:eugenio@urbanbudo.it)

Sito internet e blog: [www.urbanbudo.it](http://www.urbanbudo.it)

Indirizzo: via Tripoli 4, 15121 - Alessandria