

## Dario Pompa

### Informazioni Personali

- **Cognome, Nome:** Pompa Dario
- 

### Istruzione

- *2024:* Dottorato di ricerca in Medicina Traslazionale, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento, Università "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara, Italia. Topic: Allenamento della forza e comportamento motorio. Supervisor: Prof. Bertollo M, Prof. Beato M.
- *2012:* Master Universitario di I livello in "Teoria e Tecniche della Preparazione Fisica nel Calcio", Università di Pisa, Italia.
- *2011:* Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport, Università di Roma "Tor Vergata". Tesi: "Influenza del possesso palla sulla performance fisica di giovani calciatori".
- *2009:* Master Universitario di I livello in Personal Training, Università di "Roma Tor Vergata"
- *2008:* Laurea Triennale in Scienze Motorie, Università di "Roma Tor Vergata". Tesi: "Differenze tra allenamento intermittente con e senza palla nel Futsal"

### Certificazioni

- Certified Performance and Sport Scientist (CPSS), NSCA, USA
- Certified Strength and Conditioning Specialist (CSCS), NSCA, USA
- Professional Football Strength and Conditioning Licence, FIGC, Italia
- Basketball Performance Coach Licence Level 1, FIP, Italia
- Rugby Strength and Conditioning Licence, FIR, Italia
- Weightlifting Licence (Livello 3), FIPE, Italia

### Posizioni Rilevanti

- *2022-presente:* Preparatore Atletico Nazionale Italiana Futsal (FIGC)
- *2019-2021:* Head of Performance presso Philadelphia Union (MLS), USA
- *2020:* Consulente Sport Science (Analisi del carico di allenamento) presso FC Bayern Monaco (Bundesliga), Germania
- *2017-2019:* Head of Sport Science presso Knowles Athletic, USA
- *2012-2013:* Consulente Sport Science presso Coritiba Foot-bal Clube (Prima Divisione), Brasile
- *2008-2010:* Preparatore Atletico presso Rugby Roma Olympic 1930, Italia

### Ricerca Accademica

- *2024-presente:* Postdoctoral, University "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara
- *2021-presente:* Membro del BIND - Behavioural Imaging and Neural Dynamics Center, Università "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara
- *2007-2010:* Cultore della materia presso Human Performance Lab and Training, Carmelo Bosco - Università di Roma "Tor Vergata"

## **Supervisione di Studenti Laureati**

- *2022-presente*: Supervisione di quattro studenti di Laurea Magistrale, Facoltà di Scienze Motorie, Università "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara; relatore di tesi di uno studente di Laurea Magistrale, Facoltà di Scienze Motorie, Università degli studi di Udine
- *2007-2010*: Circa 10 studenti di Laurea Magistrale, Facoltà di Scienze Motorie, Università di Roma Tor Vergata

## **Attività Didattiche**

- *2024-2025*: Docente per Tirocinio di Laurea Magistrale: Valutazione e Allenamento della Forza nello Sport: dal Recupero Infortunio alla Performance, Facoltà di Scienze Motorie, Università "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara
- *2023*: Docente in Performance Fisica per il Futsal, Università E-campus, Italia
- *2021-2024*: Assistente Docente in Attività Fisica per Diverse Fasce d'Età, Laurea Triennale in Scienze Motorie (2° anno), Facoltà di Scienze Motorie, Università "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara
- *2021-presente*: Docente per corsi di federazioni sportive, Coni Abruzzo, Italia
- *2015-2021*: Direttore Didattico presso Accademia Preparatori Fisici, Italia

## **Comunicazioni Orali**

- *2024*: "Applicazione dell'espressione della forza nel ciclismo. Dati preliminari". Società Italiana di Scienze Motorie e Sportive (SISMES)
- *2024*: "Corsa ad alta velocità nel contesto del gioco: esperienza nel calcio e nel futsal". AIAC (online)
- *2024*: "Corsa ad alta velocità nel calcio e nel futsal: un approccio contestualizzato", Understanding Sports Science, University of Suffolk, UK (online) Link: <https://www.youtube.com/watch?v=HQG3MqEbmOA&amp;t=119s>
- *2023*: "Espressioni di forza, metodi di sviluppo: evidenze scientifiche e applicazioni pratiche", Programma di facoltà per educatori ciclistici, Federazione Ciclistica Italiana, Montesilvano.
- *2023*: "Effetti del focus attentivo sull'espressione della forza muscolare degli arti inferiori negli atleti: la superiorità della componente centrale dell'azione nel compito di squat isometrico massimale". Società Italiana di Scienze Motorie e Sportive (SISMES)
- *2023*: "Processi e meccanismi alla base dello sviluppo della forza", Sport Science & Performance Symposium, CONI Abruzzo, Chieti
- *2023*: "Aspetti neuromuscolari nel calcio: un approccio pratico". Progetto Europeo iPrevent, Federazione Lituana Calcio, Lituania
- *2022*: "Allenare diverse espressioni di forza". Coni Abruzzo (online)
- *2021*: "Stima della forza di reazione al suolo per l'allenamento e la valutazione delle competenze fisiche". Università di Suffolk, UK (Online) Link: [https://www.youtube.com/watch?v=ieDZBaL\\_N14](https://www.youtube.com/watch?v=ieDZBaL_N14)
- *2019*: "Analisi e allenamento della forza per il portiere", Apport Garda 2019, Associazione Italiana Preparatori Portieri, Verona.
- *2019*: "Forza e coordinazione nei movimenti sportivi", 3° Congresso Nazionale Accademia Preparatori Fisici, Roma
- *2018*: "RFA e specificità dell'applicazione della forza", Recupero dei movimenti sportivi: dall'infortunio al ritorno alle competizioni, Accademia Preparatori Fisici, Roma
- *2016*: "Potenza metabolica nel calcio: analisi delle partite e applicazioni pratiche per l'allenamento", Seminari ADE, Università di Firenze

- 2016: "Allenamento della performance per sport di squadra: esperienza dall'Italia e dall'estero", Japan Athletes Rehabilitation Trainers Association (JARTA), Giappone (Online)

## Publicazioni

- 2024: Attentional Focus Effects on Lower-Limb Muscular Strength in Athletes: A Systematic Review. Pompa D; Carson, H. J.; Beato M; di Fronso S; Bertollo. DOI:10.1519/JSC.0000000000004714
- 2024: Dreaming while awake: The beneficial effects of yoga Nidra on mental and physical recovery in two elite karate athletes. Di Fronso S; Robazza S; Pompa D; Bertollo M. DOI:10.1016/j.heliyon.2024.e24180.
- 2024: Influence of Substitution and Different Role Positions in Professional Soccer Players. Laterza F; Savoia C; Bovenzi A; D'Onofrio R; Pompa D; Annino G; Manzi V. DOI: [10.1055/a-2334-6458](https://doi.org/10.1055/a-2334-6458)
- 2024: Influence of the constraints associated with the numerical game situations on the technical-tactical actions of U-11 football players in Spain: A commentary on Garcia-Angulo et al. (2024). Pompa D; Caporale A; Carson H.J; Beato M; Bertollo M. DOI.org/10.1177/17479541241268148
- 2024: The Relationship Between Formations, Team Ranking, and Physical Performance in the Serie A Soccer League. Savoia C; Laterza F; Lucadamo A; Bertollo M; Manzi V; Azzone V; Pullinger S.A; Catherine E. B; Pompa D. Sports. <https://doi.org/10.3390/sports12110286>
- 2024: Pressing, pressure and re-aggressing as tactical movement of anterior cruciate ligament injuries in women soccer. D'Onofrio; Pompa D; Savoia C; Masucci M; ; Laterza F; Manzi V. The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness. DOI: [10.23736/S0022-4707.24.16402-X](https://doi.org/10.23736/S0022-4707.24.16402-X)
- - 2024: Walking-to-jogging transition after anterior cruciate ligament reconstruction in soccer players. Clinical and postural/ functional criteria. A scoping review. D'Onofrio R; Laterza F; Savoia C; Pompa D; Masucci M; Manzi V. Accepted for Muscle, Ligaments and Tendons Journal
- 2024: A systematic review and meta-analysis of various injury prevention programs in youth soccer players. Castillo D; Marqués-Jiménez D; Bertollo; López-Flores M; Bovolon L; De Fano A; Pompa D. Under Publication Process

## Progetti Europei

- I-Recover: Implementare strategie di recupero post-esercizio negli sport di base e amatoriali utilizzando strumenti digitali. Coordinatore: Federazione cestistica della Macedonia del Nord
- I-Prevent: Prevenire gli infortuni negli sport di base e amatoriali utilizzando strumenti digitali. Coordinatore: Federazione calcistica lituana
- Perceived Fatigability during Physical Tasks: Neurophysiological Correlates and Practical Interventions (PERCEPT). PI Prof.ssa Marika Berchicci
- Senate: Attività per anziani a casa. PI Prof. Paolo Caserotti
- Interception and fatigue: predicting and treating. PI Prof. Marcello Costantini

## Competenze Linguistiche

### Inglese

- Ascolto C1
- Lettura C1
- Scrittura C1
- Produzione Orale C1
- Interazione Orale C1

### **Competenze Digitali**

- Microsoft Powerpoint / Microsoft Word / Microsoft Excel / Google Docs / Google Drive / Power BI / Tableau, AI (ChatGPT, Gemini)


### **Competenze Organizzative**

- Pianificazione e organizzazione dell'attività di allenamento e ricerca, progettazione di studi di ricerca, efficace comunicatore scientifico, lavoro di squadra, capacità di supportare gli altri membri dello staff, cooperazione

### **Competenze Comunicative e Interpersonali**

- Eccellente attitudine sociale e capacità comunicative, fiducia in se stessi, curiosità, passione per la ricerca e l'insegnamento

Pescara, 21.11.2024

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Dario Vozzi". The signature is fluid and cursive, with the first name "Dario" written in a larger, more prominent script than the last name "Vozzi".