

MORENO RUSPI

Imprenditore Fitness

Ex Atleta di Paracadutismo Sportivo

Master Trainer Spinning e Indoor Cycling

Sport Mental Coach

Autore

Da sempre appassionato per lo sport, appena maggiorenne inizio a praticare il paracadutismo sportivo con l'OUTCAST (nazionale italiana di paracadutismo dal 1987 al 1992).

Questa esperienza mi porta a ottenere grandi risultati in Italia, in Europa e nel Mondo, conquistando la medaglia di bronzo ai mondiali di paracadutismo (RW4) nel 1991 a Lucenec, ex Cecoslovacchia, e ricevere l'onorificenza dal C.O.N.I. al valore atletico.



In tutta la mia carriera sportiva ho praticato numerosissime discipline sportive tra cui: paracadutismo sportivo, calcio, sci alpino, ciclismo, mtb, running, motocross.

Dal 1988 sono titolare di centri fitness, mi occupo della gestione e come istruttore di indoor cycling, aiuto le persone a migliorare la propria performance psicofisica e a raggiungere i loro obiettivi, attuando le tecniche acquisite nel coaching.

Oggi metto a disposizione la mia esperienza come coach ad atleti sportivi, tra cui spicca Anna Mei campionessa mondiale di ciclismo ultracycling, e detentrica del Record Mondiale su pista di 1000 km.

CORSI e FORMAZIONE

- Istruttore di paracadutismo e pilota tandem (1990)
- Istruttore di Body building I.F.B.B. (1990)
- Istruttore di Body building F.I.A. (1993)
- Corso di formazione per dirigenti sportivi riconosciuto dal CONI organizzato dalla provincia di Milano (1993)
- Corso di formazione per dirigenti sportivi riconosciuto dal CONI organizzato dalla provincia di Milano II livello (1994)
- N° 3 corsi di manager di fitness club organizzati da Technogym (1993-1994-1995)
- Corso di cardio fitness organizzato da Technogym (1995)
- Johnny G. spinning instructor n° 672 (1996)
- National Race Instructor F.Moser (1998-2002)
- Ideatore del metodo e dei marchi Race F.Moser
- Italian Spinning Team (2003-2005)
- International Master Polar (2003)
- HRD Accademy (Energy, Power e Leadership Seminar) anno accademico 2010-2011
- International Coaching University – Corso di Coaching (livello I) (2012)
- PNL PRATICITIONER 1° livello SCUOLA DI PNL (R. Bandler) ottobre 2013
- MASTER PRATICITIONER 2° livello SCUOLA DI PNL (R. Bandler) febbraio 2014
- MICAP (Master Internazionale Coaching ad Alte Prestazioni) RRC (Real Result Coaching) 2016-2017
- Autore del libro READY, SET, GO! 7 PASSI PER VINCERE NELLO SPORT luglio 2017
- RT Club (master di formazione innovativa) 2016-2017

ESPERIENZE SPORTIVE

PARACADUTISMO RW4 (Relative Work A 4 elementi):

- n° 4 Campionati Italiani (1987-1990-1991-1992)
- 4° posizione ai Campionati del Mondo in BRASILE – Foz de Iguacu (1987)
- 3° posizione ai Campionati del Mondo nella ex CECOSLOVACCHIA – Lucenez (1991)
- 2° posizione alla Coppa Europa in FRANCIA – Gap (1990)
- 3° posizione alla Coppa del Mondo in FRANCIA – Gap (1992)

PARACADUTISMO INDOOR

- Atleta Aeroclub Italia, competizioni nazionali e internazionali

SCI ALPINO

- Atleta F.I.S.I. in competizioni provinciali, regionali e nazionali

CICLISMO E MOUNTAIN BIKE

- Atleta Udace in competizioni provinciali e regionali

RUNNING

- Maratona di New York, Atene, Rimini, Berlino, Valencia (2), Malaga