



Lorenzo Micheli

Indirizzo e-mail: lorenzo.micheli@uniurb.it

ESPERIENZA LAVORATIVA

10/06/2018 – 31/08/2018 Rimini, Italia

EDUCATORE FISICO SPORTIVO GARDEN SPORTING CENTER (RIMINI)

01/09/2014 – 30/06/2019 Urbino, Italia

ALLENATORE SETTORE GIOVANILE NEW FOOTBALL TEAM URBINO

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

11/2020 – 12/2023 Urbino, Italia

DOTTORATO DI RICERCA Università degli Studi di Urbino Carlo Bo, Dipartimento di Scienze Biomolecolari

02/2023 Urbino, Italia

CORSO DI 20 ORE IN "WRITING FOR ACADEMIC PUBLICATIONS: AN INTRODUCTION TO ENGLISH-LANGUAGE TOOLS" Centro linguistico d'Ateneo, Università degli Studi di Urbino Carlo Bo

06/2022 – 12/2022 London, Canada

DOTTORANDO IN VISITA Western University

03/2022 – 05/2022 Verona, Italia

DOTTORANDO IN VISITA Università degli Studi di Verona

20/10/2020 Urbino, Italia

LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE MOTORIE PER LA PREVENZIONE E LA SALUTE Università degli Studi di Urbino Carlo Bo

15/12/2017 Urbino, Italia

LAUREA TRIENNALE IN SCIENZE MOTORIE, SPORTIVE E DELLA SALUTE Università degli Studi di Urbino Carlo Bo

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **ITALIANO**

Altre lingue:

	COMPRENSIONE		ESPRESSIONE ORALE		SCRITTURA
	Ascolto	Lettura	Produzione orale	Interazione orale	
INGLESE	C1	C1	C1	C1	C1
SPAGNOLO	B1	B1	A2	A2	A1

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

● **COMPETENZE DIGITALI**

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) | Origin-Lab | JASP - Software di Analisi dei Dati | Conoscenze di base di R e Python per analisi statistica e previsione di dati

● **ULTERIORI INFORMAZIONI**

COMPETENZE DI LABORATORIO

Fisiologia dell'esercizio

Valutazione delle capacità aerobiche (massimo consumo di ossigeno) e delle soglie ventilatorie attraverso l'utilizzo di metabolimetro fisso (Quark CPET) e portatile (K5 Cosmed). Valutazione dei livelli di saturazione dell'ossigeno attraverso l'utilizzo di pulsiossimetro.

Valutazione delle concentrazioni di lattato e glucosio utilizzando analizzatori di lattato (Biosen EFK lactate analyzer, Lactate Scout Pro); Valutazione del livello di ossigenazione muscolare attraverso dell'utilizzo della spettroscopia ad infrarossi (NIRS).

Antropometria

Valutazione della composizione corporea attraverso l'utilizzo di bioimpedenziometria (BIA) e misurazione delle pliche corporee attraverso l'uso di plicometro.

COMPETENZE SCIENTIFICHE

Competenze statistiche

Statistica inferenziale, metanalisi e analisi dati.

ESPERIENZE ACCADEMICHE E PROFESSIONALI ALL'ESTERO

06/2022 - 12/2022

Dottorando in visita presso la Western University, London (Canada)

Sono stato coinvolto in attività di ricerca riguardanti due progetti inerenti alle seguenti tematiche:

- L'effetto della cadenza di pedalata nella relazione tra critical power e respiratory compensation point.
- Prescrizione dell'esercizio aerobico su treadmill.

ESPERIENZE SCIENTIFICHE, DI RICERCA ED INSEGNAMENTO

Collaborazioni di ricerca

Unità di Oncologia dell'ospedale di Urbino (Italy)

- Progetto di ricerca "MOVIS". Effetti di diverse strategie di counseling e dell'esercizio fisico supervisionato sulla qualità di vita di pazienti sopravvissute al cancro al seno.

University of Verona (Verona), Italy

- L'effetto della cadenza di pedalata nella relazione tra critical power e respiratory compensation point.

Western University (London Ontario), Canada

- L'effetto della cadenza di pedalata nella relazione tra critical power e respiratory compensation point.
- Prescrizione dell'esercizio aerobico su treadmill.

Western University (London Ontario), Canada & University of Verona, Italy

- Systematic review e metanalisi dal titolo "Do the parameters used to prescribe and monitor aerobic exercise intensity affect the proximity between critical power, maximal lactate steady state, and lactate or ventilatory thresholds?" (*protocollo registrato presso l'International Prospective Register of Systematic Reviews [PROSPERO]; Ferri Marini et al., CRD42021261155, 2021*);

- Progetto sull'effetto della familiarizzazione con esercizi aerobici a massima intensità nell'accuratezza della stima della critical power (*il progetto di ricerca ha vinto i finanziamenti per la ricerca ed è in corso*);

- Progetto sull'effetto dell'ordine delle sedute nella procedura di determinazione della stima della critical speed nell'accuratezza della stima del maximal metabolic steady state (*il progetto è in corso*).

Lezioni e seminari condotti

Attività didattica svolta in Italia

·Collaborazione all'attività didattica erogata dal Professor Carlo Ferri Marini per il tirocinio "La strumentazione utilizzata nella valutazione funzionale" (SSD: M-EDF/01, Secondo anno Laurea Magistrale LM-67) presso la Scuola di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Urbino Carlo Bo. Anno accademico 2020/2021, ore totali 8.

·Collaborazione all'attività didattica erogata Professor Carlo Ferri Marini per il tirocinio "La strumentazione utilizzata nella valutazione funzionale" (SSD: M-EDF/01, Secondo anno Laurea Magistrale LM-67) presso la Scuola di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Urbino Carlo Bo. Anno accademico 2021/2022, ore totali 8.

·Relatore al seminario "Ultracycling Deca Everesting: prestazioni oltre il limite" durante le lezioni dell'insegnamento "Valutazione funzionale e protocolli di esercizio" (SSD: M-EDF/01, Secondo anno Laurea Magistrale LM-67) del Professor Francesco Lucertini presso la Scuola di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Urbino Carlo Bo. Argomento della presentazione: Performance dell'esercizio di endurance e le sue basi fisiologiche: aspetti teorici e applicativi. Anno accademico ore totali 1.

·Collaborazione all'attività didattica erogata dal Professor Carlo Ferri Marini per l'insegnamento "Metodologie e tecniche di valutazione nello sport" (SSD: M-EDF/02, Secondo anno Laurea Magistrale LM-68) presso la Scuola di Scienze Motorie dell'Università degli Studi di Urbino Carlo Bo. Anno accademico 2022/2023, ore totali 5.

Attività didattica svolta all'estero

·Collaborazione all'attività didattica erogata dal Professor Daniel A. Keir per l'insegnamento "Laboratory in Exercise Physiology" (equiparabile a SSD: M-EDF/01, Kinesiology) durante le lezioni di "Blood lactate responses during exercise" presso la Western University. Anno accademico 2022/2023, ore totali 4.

Tutorship

·Correlatore per tesi di laurea di studenti magistrali dell'Università degli Studi di Urbino Carlo Bo.

Reviewer

·Revisore paritario per i giornali "PeerJ" e "BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation"

Ulteriori progetti di ricerca

·Progetto di ricerca: "IGF-1 system modulation as an oncoProtective strategy: a randomized controlled trial ON the efficacy of Supervised Exercise Training in reducing IGF-1 levels and bioactivity in breast cancer survivors - The PREONSET study" con il ruolo di supervisore dell'esercizio aerobico. PI Professor Elena Barbieri.

·Progetto di ricerca: "MOVIS: MOVIMENTO E SALUTE OLTRE LA CURA" con il ruolo di supervisore dell'esercizio aerobico. PI Professor Elena Barbieri.

·Systematic review e metanalisi dal titolo: "Do the parameters used to prescribe and monitor aerobic exercise intensity affect the proximity between critical power, maximal lactate steady state, and lactate or ventilatory thresholds?"

·Progetto di ricerca dal titolo: "Is the rating of perceived exertion predicted from incremental exercises reliable during steady-state exercises?"

·Progetto di ricerca dal titolo: "Equivalence of critical power and the respiratory compensation point". PI Professor Daniel A. Keir.

·Progetto di ricerca dal titolo: "Treadmill-based aerobic exercise prescription". PI Professor Daniel A. Keir.

·Progetto di ricerca dal titolo: "Critical Power assessment". PI Professor Carlo Ferri Marini.

·Progetto di ricerca dal titolo: "Using the maximal metabolic steady state threshold to prescribe aerobic exercise intensity: Examining the effect of the critical speed testing sessions' order on the accuracy of the maximal metabolic steady state estimation". PI Professor Carlo Ferri Marini.

·Progetto di ricerca dal titolo: "Effetto della familiarizzazione all'esercizio aerobico ad intensità massimale sull'accuratezza della stima della "critical power". PI Professor Francesco Lucertini.

BORSE DI STUDIO

Borsa di studio per la ricerca:

- Borsa di studio di dottorato per tutta la durata del corso (3 anni) fino al suo completamento.

CONFERENZE E SEMINARI

Presentazioni orali ·L. Micheli, M. Teso, N. A. Guluzade, M. Rizzo, C. Ferri Marini, F. Lucertini, D.A. Keir, S. Pogliaghi (November 2023). "The effect of pedaling cadence on the relationship between critical power and respiratory compensation point." Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive (SISMeS), XIV congresso annuale, Napoli, Italia.

Presentazioni poster ·C. Ferri Marini, L. Micheli, A. Federici, G. Piccoli, F. Lucertini, V. Stocchi, L. Zoffoli, L. Correale, S. Dell'Anna, C.A. Naldini, M. Vandoni. (October 2021). "Are incremental exercise relationships between rating of perceived exertion and oxygen uptake or heart rate reserve valid during steady-state exercises?". Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive (SISMeS), XII congresso annuale, Padova, Italia.

·L. Micheli, V. Shoaie, P. Francia, T. Grossi, P. Benelli, A. Federici, F. Lucertini, L. Zoffoli, C. Ferri Marini. (September 2022). "Effect of bench press execution velocity, load, and load distribution on perceived exertion and number of repetitions performed". European College of Sport Science (ECSS), congresso annuale, Siviglia, Spagna.

·L. Micheli, M. Teso, M. Rizzo, C. Ferri Marini, F. Lucertini, D. A. Keir, S. Pogliaghi. (November 2022). "The relationship between critical power and respiratory compensation point: equivalence or coincidence?". Canadian Society of Exercise Physiology (CSEP), congresso annuale, Fredericton, New Brunswick, Canada.

PUBBLICAZIONI

Tesi di dottorato

·L. Micheli. (2023). "Delving deeper into the methods used for assessing aerobic exercise intensity: New insights on the maximal metabolic steady-state concept and the transferability of incremental exercise responses to prolonged exercise".

La tesi di dottorato ha ricevuto l'approvazione per 18 mesi di embargo prima della sua pubblicazione.

Articoli su rivista

- C. Ferri Marini, V. Shoaie, L. Micheli, P. Francia, T. Grossi, S. Maggio, P. Benelli, A. Federici, F. Lucertini, L. Zoffoli. (2022). "Barbell load distribution and lifting velocity affect bench press exercise volume and perceived exertion." PLoS One. 9;17(12):e0278909. PMID: 36490269; PMCID: PMC9733861.
 - T. Serra, P. Francia, C. Ferri Marini, L. Micheli, F. Lucertini, A. Federici. (2021). "Changes in body composition and psychological profile when overcoming four Everesting bike challenges." Journal of Physical Education and Sport. 21(6):3534-3540.
-

Abstract

- C. Ferri Marini, L. Micheli, A. Federici, G. Piccoli, F. Lucertini, V. Stocchi, L. Zoffoli, L. Correale, S. Dell'anna, C. A. Naldini, M. Vandoni. (2021). "Are incremental exercise relationships between rating of perceived exertion and oxygen uptake or heart rate reserve valid during steady-state exercises?" SPORT SCIENCES FOR HEALTH, 17 (s1), 1-137.
 - L. Micheli, V. Shoaie, P. Francia, T. Grossi, P. Benelli, A. Federici, F. Lucertini, L. Zoffoli, C. Ferri Marini. (2022). "Effect of bench press execution velocity, load, and load distribution on perceived exertion and number of repetitions performed". BOOK OF ABSTRACTS OF THE 27TH ANNUAL CONGRESS OF THE EUROPEAN COLLEGE OF SPORT SCIENCE, pp. 355.
 - L. Micheli, M. Teso, M. Rizzo, C. Ferri Marini, F. Lucertini, D.A. Keir, S. Pogliaghi. (2022). "The relationship between critical power and respiratory compensation point: equivalence or coincidence?". Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism. 47(10 (Suppl. 2)): S47-S107.
 - R. Faricier, L. Micheli, N. A. Guluzade, J. M. Murias, D. A. Keir. (2023). "A Step-Ramp-Step Treadmill Protocol Predicts Exercise Intensity Domain-Specific VO₂ Responses In Running: 154." Medicine & Science in Sports & Exercise 55(9S):p 39.
-

ULTERIORI INFORMAZIONI

Qualifiche accademiche

Ho ricevuto la qualifica di cultore della materia nei seguenti corsi per studenti magistrali:

- Metodologie e tecniche di valutazione nello sport

- Valutazione funzionale e protocolli di esercizio
- Fitness e attività motorie per il benessere

Qualifiche ulteriori

- Certificazione di primo soccorso e di utilizzo del defibrillatore. Il certificato è stato rilasciato dalla "Canadian Red Cross"
-

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

12/02/2024