



INFORMAZIONI PERSONALI

INDIRIZZO
Via Sala 3, 23879, Verderio (LC)

CELL.
334 8094931

EMAIL
riva.tommaso9738@gmail.com

DATA DI NASCITA
08/03/1997

LUOGO DI NASCITA
Monza(MI)

COMPETENZA LINGUISTICA

Italiano: madrelingua
Inglese: discreto livello di conoscenza (B1)

COMPETENZA INFORMATICA

Buona conoscenza di:
- programmi Microsoft Word, Excel e Power Point;
- sistemi operativi Microsoft Windows, MacOS, iOS e Android;
- client di posta elettronica e posta elettronica certificata;
- browser di navigazione web;
- social network;
- MathLab (Universit);
- QGIS e ArcGIS.

PATENTE

Patente di guida
B Automunito

TOMMASO RIVA

ISTRUZIONE

DATA 2019 - 2022
CORSO Corso di Laurea Triennale in Scienze Motorie e sportive - 110 e lode
ISTITUZIONE Università Telematica Pegaso (110 con Lode)

DATA aprile 2021
QUALIFICA Personal trainer II livello
ISTITUZIONE AIF - Accademia Italiana Fitness

DATA 2017 - 2019
QUALIFICA MCB Massoterapista e Capo Bagnino degli stabilimenti idroterapici
ISTITUZIONE Centro Studi Synapsy, Bergamo (BG)
VOTO 95/100

DATA 2011 - 2016
QUALIFICA Diploma di Perito Agrario
ISTITUZIONE Casa degli Angeli, Lecco (LC)
VOTO 80/100

ESPERIENZE PROFESSIONALI

DATE gennaio 2026 - in corso
POSIZIONE Massoterapista e Personal Trainer
AZIENDA Studion medico Razzano / RTR Cryo Dynamic - Arlate (LC)
ATTIVITA' Svolgo trattamenti massoterapici manuali ed elettromedicali e attività di personal trainer EMS.

DATE ottobre 2022 - maggio 2025
POSIZIONE Massaggiatore
AZIENDA Monticello Spa
ATTIVITA' Svolgo massaggi di tipo relax, decontratturante, linea e hot stone

DATE agosto 2022 - maggio 2025
POSIZIONE Personal trainer
AZIENDA Fitness Angels - Robbiate (LC)
ATTIVITA' Personal trainer e seconda riabilitazione

DATE maggio 2022 - ottobre 2022
POSIZIONE Massoterapia e medical fitness
AZIENDA Clinica S. Martino (Malgrate)
ATTIVITA' Svolge trattamenti di massoterapia e collabora nella palestra di Medical fitness adibita alla cura di patologie e riabilitazioni post operatorie.

DATE giugno 2022 - luglio 2022
POSIZIONE Responsabile attività di base - Camp estivo sportivo
AZIENDA S.A.S.D Brugherio (MB)
ATTIVITA' Ruolo di responsabile per l'organizzazione delle attività di carattere sportivo durante le giornate di camp

DATE giugno 2019 - maggio 2022
POSIZIONE Massoterapista
AZIENDA Cascina "La Salette" - Verderio (LC)
ATTIVITA' Ho svolto trattamenti decontratturanti, rilassanti, linfodrenanti, sportivi, defaticanti, ginnastica posturale, bendaggi.
Ulteriori tecniche apprese : crioterapia, teca terapia, onde di kitz, vasca neologica, elettrostimolatori.

DATE giugno 2019 - novembre 2019
POSIZIONE Massoterapista
AZIENDA Centro Medici & Benessere - Merate (LC)
ATTIVITA' Svolgo trattamenti decontratturanti, rilassanti, linfodrenanti, sportivi e pressoterapia.

DATE dicembre 2016 - dicembre 2021
POSIZIONE Titolare d'azienda
AZIENDA "Tommaso express" SRLS - Osnago (LC)
ATTIVITA' Ruolo coordinativo e organizzativo nella struttura.
Azienda di prodotti inerenti al canale Horeca destinati all'utilizzo in bar, locali, ristoranti e centri sportivi.

DATE febbraio 2020- febbraio 2022
POSIZIONE Agente di commercio
AZIENDA Idat (LC)
ATTIVITA' promozione prodotti inerenti canale Horeca

DATE novembre 2018 - maggio 2019
POSIZIONE Agente di commercio
AZIENDA Perfetti Van Melle
ATTIVITA' Promozione rappresentanza di prodotti alimentari inerenti al canale HORECA destinati all'utilizzo in bar, eventi, locali, centri sportivi - gestione e rifornimento di magazzino, trasporto e consegna di prodotti, fatturazioni e mansioni d'ufficio.