

Personal Curriculum

Di Mulo Filippo Antonino

Date of birth: 06.01.1960

Place of birth: Catania.

Academic Career:

1. ISEF (Istituto Superiore di Educazione Fisica) Diploma 1982
2. BSc Degree in Physical Education, Faculty of Medicine, University "Tor Vergata", Rome (2000 – 2001)
3. MSc in Training Methods, Faculty of Medicine, University "Tor Vergata", Rome (2001 – 2002)
4. Master Degree in New Training methods, FIDAL Study Centre 1996

Work experience:

Teacher of Physical Education, "Regina Elena" Institute in Acireale
Professor in the Department of Biomedical Science, University of Catania, "Physical Education Course" for individual sports (athletics and field sports)

Experience as Trainer:

Trainer for the Italian National Athletics team
Technical trainer specialising in sprinting and hurdles

Experience with FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera – Italian Athletics Federation)

- **1998-2000 responsible for "Sprinters" (Junior)**
- **2001-2005 "Head of Sprinters Division" (2001-2004 men; 2005 women)**
- **2009 - 2012 "Head of Sprinters and Hurdles Divisions" (men and women)**
- **2017 - 2020 "Head of Sprinters and Hurdles Divisions" (men and women)**

19 Italian placements:

Scuderi F.: 5 \ 100mt.- 4 \ 60mt.; **Cavallaro A.:** 2 \ 200mt.; **Pistone A.:** 2 \ 100mt.- 1 \ 60mt. (1) - 1 \ 200mt.; **Licciardello C.:** 2 \ 400mt. indoor; **Delmas Obou :** 2/ 100mt.

7 Italian placements in the "promising Young Athletes" category: Scuderi; La Mastra; Pistone; Delmas Obou.

6 Olympic Athletes: Scuderi F. – Cavalaro A. – Pistone A. – Licciardello C. – Di Gregorio E. – La Mastra

19 Medals:

Junior Category:

- Bronze 100mt.** Junior World Championships (Scuderi F. - Sydney '96);
- Gold 200mt.** Junior World Championships, (Cavallaro A. - Riga 99);
- Bronze 4x100mt** Junior World Championships (Cavallaro A. - Riga 99);
- Bronze 4x100mt** Junior World Championships (Spina P.- Riga 99);
- Bronze 400mt.** European Junior Championships (Licciardello C. Parigi 2003);
- Bronze 4x100mt** European Championships Under 23 (La Mastra R. - Erfurt 2005);
- Bronze 400 mt** Gymnasiades (Leonardi G. - Brasilia 2013);
- Gold Relay 100-200-300-400** Gymnasiades (Leonardi G. - Brasilia 2013);

Absolute Categoria:

- Silver 4x100mt. European open** (Di Gregorio E.- Barcellona 2010)
- Silver 400mt. European Indoor** (Licciardello C.- Torino 2009)
- Gold 4x400mt. European Indoor** (Licciardello C.- Torino 2009)
- Gold 4x400mt. European Indoor** (Rao D.-Torino 2009);
- Bronze 60mt. European Indoor** (Di Gregorio E.- Torino 2009);
- Gold 4x100mt.** Mediterranean Games (Cavallaro -Tunisi 2001);
- Gold 4x100mt.** Mediterranean Games (Scuderi - Tunisi 2001);
- Silver 4x100mt.** Mediterranean Games (Pistone A. - Tunisi 2001);)
- Silver 100mt.** Mediterranean Games (Di Gregorio E.- Pescara 2009);
- Gold 4x100mt.** Mediterranean Games (Di Gregorio E.- Pescara 2009);
- Silver 4x100mt.** Mediterranean Games (Pistone A.- Pescara 2009);
- Gold 4x400mt.** Mediterranean Games (Leonardi G. – Tarragona 2018);

INDIVIDUAL ATHLETES WHO HAVE ESTABLISHED ITALIAN RECORDS, IN JUNIOR OR ABSOLUTE CATEGORIES:

- Italian Record 4x100mt. Men absolute, Di Gregorio Emanuele (2010), 38"17**
- Italian Record 4x100mt. Women absolute Pistone Anita (2000 – 2008), 43"04**
- Italian Record 4 x100mt. junior (social) (Bressanone 1999); 41"76**
- Italian Record 400mt. Junior indoor 47"56, Licciardello C. (Genova 2005)**
- Italian Record 400mt. Junior open 46"47, Licciardello C. (Grosseto 2005)**
- Italian Record 4x100mt. under 23 La Mastra Rosario (Erfurt 2005);**
- Italian Record Under 23 mt. 400 indoor 46"57, Licciardello C. (Mosca 2008)**
- Italian Record Under 23 mt. 60 indoor 6"60, Scuderi F. Valencia '98**
- Italian Record Under 23 mt. 400 open 45"25, Licciardello C. (Pechino 2008).**

2 finalists in the 4x100mt. , Olympic Games of SIDNEY 2000 (Scuderi F. – Cavallaro A.);

1 Finalist in the Relay 4x100mt., Berlin World Championships, 2009 (Di Gregorio E.);

1 Finalist in the 100mt. European Championships, Barcellona 2010 (Di Gregorio E.);

1 Finalist in the 4x400mt. European Championships, Barcellona 2010 (Licciardello C.)

1 Semifinalist in the 400mt., Olympic Games of Bejiin (2008) (Licciardello Claudio 45"25)

1 semifinalist in the 200mt. , Paris World Championships 2003 (Cavallaro Alessandro 20"42)

1 Finalist in the 60mt. m.(5°) European Championships Indoor (Scuderi F. - Vienna 2002);

1 Finalist in the 60mt. f. (6[^]) European Championships Indoor (Pistone A. - Torino 2009);
1 qualification in the 100mt. Olympic Games of Bejiin (Pistone Anita)
1 qualification in the 200mt. Olympic Games of Sydney (Cavallaro Alessandro)

Technical Results of the Principoal Athletes trained::

1. SCUDERI FRANCESCO:	Olimpic 100\ 4x100mt.	(10"19 – 20" 66 – 6"60)
2. CAVALLARO ALESSANDRO:	Olimpic 200\ 4x100mt.	(20"42 – 10" 35 - 46"33)
3. LICCIARDELLO CLAUDIO	Olimpic 400mt.	(45"25 – 21" 05 – 46"03 i.)
4. PISTONE ANITA	Olimpic 100 \ 4x100mt.	(11"27 – 23" 68 – 7"31 i.)
5. DI GREGORIO EMANUELE	Olimpic 4x100mt.	(10"17 – 20" 84 – 6"56 i.)
6. LA MASTRA ROSARIO	World 100 \ 4x100mt.	(10"27 – 21" 36)
7. RAO DOMENICO	European Ass. Indoor	(47" 20 i. – 47" 05 – 21" 36)
8. SALVUCCI MARCO	World 4x400mt.	(46"22)
9. GALLETTI LUCA	World 4x400mt.	(46"35)
10. LEONARDI GIUSEPPE	World allievi 400mt.	(47"46, 3rd best ever Italian cadet performance)

RESULTS ACHIEVED WITH THE ITALIAN NATIONAL RELAY TEAM:

Silver , European absolute championships (Barcellona 2010)

Italian Record, 38"17 (Barcellona 2010)

6th place, World championships 38"52(Berlino 2009)

5th place, World championships 38"41(Daegu 2011)

Olympic Semifinals 38"58 (London 2012)

Olympic Semifinals 38"78 (Athens 2004)

World semifinals 38"63 (Paris 2003)

4 Victories in European Cup Championships 4x100mt. (Brema 2001;Firenze 2003; Leiria 2009; Bergen 2010);

International experience: 3Olympic Games: Sydney 2000; Athens 2004; London 2012;

5 World Championships: Edmonton 2001; Paris 2003; Helsinki 2005; Berlin 2009; Daegu 2011

PUBLICATIONS

- **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (vol. 33 n° 1 Gennaio – Marzo 2002) **“Il Modello Ritmico e le esercitazioni di Corsa Rapida e Ampia, mezzi essenziali per la guida il controllo e la verifica dell’Allenamento dello Sprinter”**
- **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (n° 1 Gennaio – Marzo 2004 Anno 35, p.) **“la preparazione tecnica della staffetta”**
- **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (n° 1 Gennaio – Marzo 2005 Anno 36, p.) **“la preparazione del Giovane Velocista”**
- **Article published in the national review “STAFFETTA”** (edited by the centro studi della FIDAL reg. Sicilia) N° 1 gennaio – aprile 1998 **“Esperienze dirette sullo sviluppo e consolidamento della resistenza veloce dello sprinter”.**

- **Article published in the national review “STAFFETTA”** (edited by the centro studi della FIDAL reg. Sicilia) N° 7 gennaio – aprile 2002 **“Esperienze dirette sullo sviluppo e consolidamento della Resistenza Lattacida dello Sprinter”**.
 - **Article published in the national review “LA CORSA” La Resistenza Specifica dello sprinter:** n° 131- Giugno 2002, 1^a parte; n° 132 – Agosto 2002, 2^a parte
 - **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (n° 3 luglio-settembre 2009 Anno 40) **“Analisi statistica, valutazioni tecniche e curiosità dal mondo della velocità”**
 - **VOLUME “Mezzi e metodi di allenamento dello sprinter di elevato livello”** edited by centro studi della FIDAL published 22-2 2010
 - **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (Ottobre – Dicembre 2010 Anno 41, N° 4) **“La partenza dai blocchi: analisi tecnica e biomeccanica”**
 - **Article published in the national quarterly SCIENZA & SPORT “La staffetta 4x100. percorso tecnico e analisi statistica della preparazione”** N° 9 anno 2011
 - **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (Luglio – Dicembre 2011, Anno 42, N° 3-4) **“La resistenza lattacida del quattrocentista”**
 - **Article published in the national quarterly SCIENZA & SPORT “I 400, la fisiologia, la distribuzione dello sforzo, proposta d’allenamento”** (Ottobre-Dicembre 2013 n° 20)
 - **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics (Luglio – Dicembre 2011, Anno 42, N° 3-4) **“La resistenza lattacida del quattrocentista”**
 - **Article published in the national quarterly SCIENZA & SPORT “analisi ritmica del record mondiale dei 100m”**Gennaio-Marzo 2016 n.29
 - **Article published in ATLETICA STUDI** quarterly of scientific and technical research applied to athletics N°1-2 2016 **“Analisi ritmica e distribuzione dello sforzo delle gare di velocità”**
-
- Collaboratore del “Centro Studi” della FIDAL,
 - Collaborator of the FIDAL Study Center
 - Docente Corso di Formazione per Allenatore 2° livello
 - Teacher training course for National level 2 coaches
 - Docente Corso di Formazione per Allenatore 3° livello (Tecnico Specialista)
 - Teacher training course for specialist coaches 3° level

Relatore numerosi convegni nazionali :

- 2^a CONVENTION NAZIONALE dei tecnici di atletica leggera “Apprendimento, Didattica e Biomeccanica” Ancona, 26-28 marzo 2010
- RELATORE Convegno Nazionale “Lo sprint tra estetica, scienza e tecnica” Bergamo, 24 ottobre 2010
- DOCENTE seminario d’aggiornamento per insegnanti di Ed. Fisica, Istruttori tecnici di atletica leggera e studenti scienze motorie (Acireale, 12 aprile 2012)
- RELATORE Convegno Nazionale “il ruolo della forza nelle specialità di atletica leggera” Palermo, 23 marzo 2013
- RELATORE Convegno “la performance sportiva , importanza della tecnica, del metodo, del recupero e della corretta alimentazione” Catania, 28-2-2014

RELATORE IN CONVEGNI INTERNAZIONALI/ International conference speaker

- POITIERS 26-27 novembre 2010 (Francia) “colloque national sprint relais”:
“La preparazione tecnica delle staffette, l’esperienza italiana”;
- WORKSHOP TECNICO INTERNAZIONALE, Roma 25 maggio 2011, Analisi della tecnica e della velocità: “la staffetta 4x100, la scuola italiana” ; “La biomeccanica della partenza dai blocchi”
- 1^ CONVENTION INTERNAZIONALE dei Tecnici di Atletica Leggera -
"Dall'allenamento Giovanile all'alta prestazione: Metodologie a Confronto".
San Vincenzo 30-31 marzo / 1 aprile 2012
- Relatore convegno internazionale IFAC 2017 (International Festival of Athletics Coaching)
Formia (ITA) , 27-29 ottobre 2017; “La strategia dello sviluppo della forza nello sprinter di elevata qualificazione”.
- Relatore Convegno Internazionale ASSITAL-FIDAL, Formia 8-9 dicembre 2017
“l’allenamento della velocità prolungata dal giovanile all’assoluto”.

Partecipazioni convegni internazionali:

- European Sprint & Hurdles Conference (London – 13-14 November 2010)
- European Sprint & Hurdles Conference (University of Warwick, England 10-11 Nov. 2012)

Filippo Di Mulo
Aci Bonaccorsi via Cavour, 12 - cap. 95020 - (CT) Italia
Cell.+393473328522
Casa +390957899848