

CURRICULUM VITAE

DATOS PERSONALES

- Nombre: Alejandro Carretero Díaz
- Nacionalidad: Española

FORMACIÓN ACADÉMICA

- **Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte**
University of Wales, Prifysgol-Cymru, Reino Unido (2008-2012)
- Especialidad en Alto Rendimiento en Fitness y Nuevas Tendencias.
- Especialidad en Alto Rendimiento en Fútbol.
- Trabajo de Fin de Grado: Efecto de diferentes protocolos de entrenamiento sobre variables de composición corporal.
- **Máster en Dirección y Administración de Empresas**
Universidad Camilo José Cela, Madrid, España (2015)

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

- CrossFit Level I & Level II.
- Entrenador de Fútbol Nivel I & Nivel II.

IDIOMAS

- Inglés: Nivel medio.

HABILIDADES SOCIALES

- Alta capacidad de trabajo en equipo, comunicación, adaptación a los cambios, iniciativa, autocontrol y autoconfianza.

EXPERIENCIA LABORAL

Owner & Head Coach (Autónomo)

CrossFit Benalmádena – Benalmádena, Málaga (2015 - 2023)

- Dirección de un box de CrossFit, gestionando todas las áreas del negocio.
- Planificación y dirección de programas de entrenamiento para clientes de diferentes niveles.
- Organización de eventos y competiciones.

Miembro del Staff Técnico – Categorías Inferiores

Málaga Club de Fútbol – Málaga, España (Temporada 2014 - 2015)

- Asistente en la planificación y desarrollo de la preparación física para jugadores de categorías inferiores (Infantil Autonómico).
- Apoyo ocasional en scouting mediante la grabación de partidos para su posterior estudio.

Preparador Físico (Autónomo)

Centro Deportivo Club de Hielo de Benalmádena – Benalmádena, Málaga (2013 - 2015)

- Impartición de actividades dirigidas como entrenador.
- Evaluación y mejora de la condición física de los clientes.

Preparador Físico Personal (Autónomo)

Deportistas de Alto Rendimiento y Amateur – Málaga (2012 - 2023)

- Diseño de programas de entrenamiento personalizados.
- Control y seguimiento del progreso físico de los deportistas.
- Impartición de clases como entrenador, adaptando las sesiones a las necesidades individuales de cada deportista.

Colaboración Voluntaria en Metodología del Entrenamiento Deportivo
Escuela de Fútbol “Golden Eagles” – San Diego, California, EE. UU. (2012 - 2013)

- Colaborador voluntario en la planificación de entrenamientos para el fútbol base.
- Asistencia voluntaria para la evaluación del rendimiento físico.

Preparador Físico y Responsable de Evaluación de la Condición Física (Autónomo)

Centro Deportivo SOLINCA – Málaga (2011 - 2012)

- Diseño de programas de entrenamiento según objetivos individuales y colectivos.
- Evaluación del estado físico de los usuarios y diseño de planes personalizados.
- Impartición de actividades dirigidas como entrenador.

Responsable de Sala de Fitness (Autónomo)

Centro Deportivo SOLINCA – Málaga (2011 - 2012)

- Supervisión y asesoramiento en el uso de equipamiento deportivo.
- Planificación y desarrollo de rutinas de entrenamiento para los clientes.