



CURRICULUM VITAE

Luogo e data di nascita: (Italy),

Nazionalità: Italiana

Indirizzo: Bozen, Italia

Telefono: (ITA) +

(USA)

e-mail:

Posizione attuale:

Coach and head of performance for Team Novo Nordisk Pro
Cycling, Atlanta, GA, USA.

Head of laboratory services and research at Pro Motus G.m.b.H,
Bozen, IT.

Esperienza lavorativa:

2018- Responsabile delle attività di laboratorio e di ricercar applicate alle
scienze dello sport presso Pro Motus G.m.b.H human performance
center, Bozen, IT.

2017- Preparatore Atletico e responsabile della prestazione per il Team
Novo Nordisk Pro Cycling, Atlanta, GA, USA.

2016-2017 Data Analyst e Sport per for Team Novo Nordisk Pro Cycling,
Atlanta, GA, USA.

- 2012-2016 Head of Strength and Conditioning per il Rugby Research Center, Verona, Italy.
- 2008-2012 Strength and conditioning coach per Sporting club, Verona, Italy.

Educazione:

- 2017 **Ph.D.** in Exercise Physiology at the University of Verona (Italy) and at the University of Calgary (Canada). Thesis: "The role of Strength Training in exercise tolerance in cycling".
Supervisor: Prof. Silvia Pogliaghi, Prof. Juan M. Murias
- 2013 **MS.c.** in Kinesiology at the University of Verona (Italy). Thesis: "How to detect RCP in cycling in healthy adults, can NIRS help?"
Supervisor: Prof. Silvia Pogliaghi.
- 2011 **BS.c.** in Sport Science at the University of Verona (Italy). Thesis: "Squat: How to improve performance through biomechanics" Tutor: Prof. Paola Zamparo.
- 2006 **Baccalaureate** (IT IS G. Ferraris, Verona, Italy)

Lingue parlate:

English (advanced), Italian (mother language), German (basic).

Attività lavorativa, di ricerca:

Lavoro attualmente come scienziato dello sport nella valutazione, allenamento, monitoraggio e prescrizione dell'allenamento in atleti di alto livello con l'obiettivo di accrescere la mia esperienza professionale nel mondo del ciclismo.

Come scienziato motorio sono interessato in diverse aree della fisiologia dell'esercizio che includono lo studio in vivo del metabolismo ossidativo, della

metodologia dell'allenamento and della valutazione non invasiva della prestazione atletica per la promozione della salute e della performance.

Durante il dottorato di ricerca mi sono inoltre specializzato nell'analisi statistica e nell'organizzazione dati in ambito sportivo; dalla modellizzazione della prestazione allo sviluppo di modelli predittivi.

Attività di ricerca

Articles in Peer-Reviewed International Journals (13):

1. Danilo Iannetta, **Federico Y. Fontana**, Mattioni M. F., Erin C. Inglis, Pogliaghi S., Daniel A. Keir, Juan M. Murias. *An equation to predict the maximal lactate steady state from ramp-incremental exercise test data in cycling*. JSMS, 04/2018.
 2. Mattioni M. F., **Federico Y. Fontana**, Pogliaghi S., Passfield L., Murias J.M.. *Critical power: How different protocols and models affect its determination*. JSMS, 11/2017.
 3. Silvia Pogliaghi, **Federico Y. Fontana**, Spigolon Giorgia. *"Excess" VO₂ in cycling: the effect of strength training on metabolic efficiency and exercise tolerance*. MSSE, 05/2017.
 4. **Federico Y. Fontana**, Spigolon Giorgia, Silvia Pogliaghi. *VO₂ slow component in cycling: the effect of strength training on metabolic efficiency and exercise tolerance*. MSSE, 05/2017.
 5. **Federico Y. Fontana**, Alessandro L. Colosio, Daniel A. Keir, Juan M. Murias, Silvia Pogliaghi. *Identification of critical intensity from a single lactate measure during a 3-min, submaximal cycle-ergometer test*. JSS, 12/2016; 6:1-7.
-

6. Kaitlin M. McLay, **Federico Y. Fontana**, Josh P. Nederveen, Federico Guida, Donald H. Paterson, Silvia Pogliaghi Juan M. Murias. *Near-infrared spectroscopy: can it measure conduit artery endothelial function?* *Exp. Physiol*, 01/2017;102(1):128-129.
 7. Daniel A. Keir, **Federico Y. Fontana**, Taylor C. Robertson, Juan M. Murias, Donald H. Paterson, John M. Kowalchuk, Silvia Pogliaghi. *Considerations for identifying the boundaries of sustainable performance: Response to Craig et al.* *MSSE*, 09/2015; 47(9):1998-1999.
 8. **Federico Y Fontana**, Alessandro Colosio, Gabriela F. De Roia, Giorgio Da Lozzo, Silvia Pogliaghi. *Anthropometrics of Italian Senior Male Rugby Union Players: From Elite to Second Division.* *IJSPP*, 05/2015; 10(6).
 9. Daniel A. Keir, **Federico Y Fontana**, Taylor C. Robertson, Juan M. Murias, Donald H. Paterson, John M. Kowalchuk, Silvia Pogliaghi. *Exercise Intensity Thresholds: Identifying the Boundaries of Sustainable Performance.* *MSSE*, 01/2015; 47(9).
 10. **Federico Y. Fontana**, Daniel A. Keir, Cecilia Bellotti, Gabriela F. De Roia, Juan M. Murias, Silvia Pogliaghi. *Determination of RCP in healthy adults: can NIRS help?* *JSMS*, 08/2014; 18(5):590-5.
 11. **Federico Y. Fontana**, Daniel A. Keir, Juan M. Murias, Silvia Pogliaghi. *A Single Sub-maximal 3-min Test For Critical Power Estimation.* *MSSE*, 05/2015; 47(5S).
 12. **Federico Y. Fontana**, Alessandro Colosio, Giorgio Da Lozzo, Silvia Pogliaghi. *Player's success prediction in rugby union: from youth performance to senior level placing.* *JSMS*. 09/2016.
 13. Kaitlin M. McLay, **Federico Y. Fontana**, Josh P. Nederveen, Federico Guida, Donald H. Paterson, Silvia Pogliaghi Juan M. Murias. *Vascular*
-
-

FEDERICO FONTANA, Ph.D. Ms.c

responsiveness determined by near-infrared spectroscopy measures of oxygen saturation. Exp Physiol. 2016.

Affiliazioni ad associazione internazionali

2014-today Member of the American College of Sports Medicine (ACSM)

2015-today Member of the European College of Sport Sciences (ECSS)

2016-today Member of the Canadian Society of Exercise Physiology (CSEP)

Interessi personali

Cycling, running, swimming, playing guitar, cooking

Bozen, Italy - October 2018

Federico Fontana

