

ALLEGATO B

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

selezione pubblica per n. 1 posto di Ricercatore a tempo determinato ai sensi dell'art.24, comma 3, lettera a) della Legge 240/2010 per il settore concorsuale 06/N2 - Scienze dell'Esercizio Fisico e dello Sport, settore scientifico-disciplinare M-EDF/02 - Metodi e Didattiche delle Attività Sportive presso il Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute, (avviso bando pubblicato sulla G.U. n. 14 del 21/02/2023) Codice concorso 5245

LUCA FILIPAS CURRICULUM VITAE

INFORMAZIONI PERSONALI

COGNOME	FILIPAS
NOME	LUCA
DATA DI NASCITA	05/07/1991

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2023

Abilitazione Scientifica Nazionale

Settore concorsuale: 06/N2 - Scienze dell'Esercizio Fisico e dello Sport

2020

Dottorato di ricerca in Ricerca Biomedica Integrata

Università degli Studi di Milano

Titolo: The effect of mental fatigue on sport-specific physical and technical performance

Focus: Ricerca sul modello psicobiologico nelle performance di endurance

2016

Laurea magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68)

Università degli Studi di Milano

Voto finale: 110/110 cum laude

2014

Laurea in Scienze Motorie, Sport e Salute (Classe L-22)

Università degli Studi di Milano

Voto finale: 110/110

FELLOWSHIPS

2022 - corrente

Assegnista di ricerca post-dottorato

Università degli Studi di Milano

Focus primario: Ricerca sugli effetti della stimolazione elettrica transcranica a livello prestativo e neuroendocrino

Focus secondario: Ricerca nell'ambito delle sport sciences, con focus sulle determinanti della prestazione negli sport di endurance

2020 - 2022

Assegnista di ricerca post-dottorato

Università degli Studi di Milano

Focus primario: Ricerca sugli effetti della stimolazione elettrica transcranica a livello prestativo e neuroendocrino

Focus secondario: Ricerca nell'ambito delle sport sciences, con focus sulle determinanti della prestazione negli sport di endurance

2018

Visiting research fellowship

University of Canberra - Research Institute for Sport and Exercise

Titolo del progetto di ricerca: A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals

ESPERIENZA PROFESSIONALE

2013 - corrente

Endurance coach

Endurance Academy

Ruolo: Allenatore di atleti professionisti e amatoriali negli sport di endurance

2014 - 2019

Allenatore di atletica leggera

Cardatletica

Ruolo: Direttore tecnico del settore giovanile e allenatore di fondo e mezzofondo

2015 - 2016

Stagista in un istituto di ricerca internazionale

Edith Cowan University

Ruolo: Tirocinante in un progetto di ricerca scientifica sul ciclismo professionistico su strada

2014 - 2015

Stagista in un istituto di ricerca nazionale

Consiglio Nazionale delle Ricerche

Progetto: Tirocinante presso l'Istituto di Bioimmagini e Fisiologia Molecolare

Allenatore di atletica leggera

Atletica Riccardi Milano

Ruolo: Allenatore di fondo e mezzofondo del settore giovanile

2013 - 2014

Stagista in un istituto di ricerca nazionale

Università degli Studi di Milano

Progetto: Tirocinante presso il laboratorio di fisiologia dell'esercizio

ATTIVITÀ DIDATTICA IN AMBITO ACCADEMICO

Anno Accademico 2022/2023

Professore universitario a contratto

Università degli Studi di Pavia

Teoria, tecnica e didattica sport individuali (Modulo: Ciclismo) - 2 CFU, 24 ore - Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport (Classe LM-68)

Attività didattica integrativa

Università degli Studi di Milano

Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali - 40 ore - Laurea Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68)

Anno Accademico 2021/2022

Professore universitario a contratto

Università degli Studi di Pavia

Teoria, tecnica e didattica sport individuali (Modulo: Ciclismo) - 2 CFU, 24 ore - Laurea Magistrale in Scienze

e Tecniche dello Sport (Classe LM-68)

Attività didattica integrativa

Università degli Studi di Milano

Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali - 30 ore - Laurea Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68)

Anno Accademico 2020/2021

Attività didattica integrativa

Università degli Studi di Milano

Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali - 24 ore - Laurea Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68)

Anno Accademico 2019/2020

Attività didattica integrativa

Università degli Studi di Milano

Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali - 30 ore - Laurea Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68)

Anno Accademico 2018/2019

Attività didattica integrativa

Università degli Studi di Milano

Periodizzazione dell'allenamento degli sport individuali - 24 ore - Laurea Magistrale in Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport (Classe LM-68)

ATTIVITÀ DI FORMAZIONE

2021 - corrente

Docente per World Athletics

Creatore di corsi di formazione per World Athletics (settore mezzofondo, fondo e marcia)

2020 - corrente

Docente per Federazione Italiana Di Atletica Leggera (FIDAL)

Relazioni su invito a seminari e corsi della Federazione Italiana Sport Invernali (settore mezzofondo e fondo)

Docente per Federazione Italiana Sport Invernali (FISI)

Relazioni su invito a seminari e corsi della Federazione Italiana Sport Invernali (settore sci di fondo e biathlon)

PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE PEER REVIEW

- Pubblicazioni: 30 (fonte Scopus al 23/03/2023)

- Citazioni: 190 (fonte Scopus al 23/03/2023)

- H-Index: 9 (fonte Scopus al 23/03/2023)

- Scopus ID: 57203187204

1. Filipas, L., Bonato, M., Maggio, A., Gallo, G., Codella, R. Effects of plyometric training on different 8-week training intensity distributions in well-trained endurance runners (2023) Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, 33 (3), pp. 200-212.
2. Della Guardia, L., Carnevale Pellino, V., Filipas, L., Bonato, M., Gallo, G., Lovecchio, N., Vandoni, M., Codella, R. Nordic Walking Improves Cardiometabolic Parameters, Fitness Performance, and Quality of Life in Older Adults With Type 2 Diabetes (2023) Endocrine Practice, 29 (2), pp. 135-140.
3. Díaz-García, J., Filipas, L., La Torre, A., Gómez-Rivera, J., Rubio-Morales, A., García-Calvo, T. Mental fatigue changes from regular season to play-offs in semiprofessional soccer: A comparison by training days (2023) Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports, .
4. Panasci, M., Ferrando, V., Bisio, A., Filipas, L., Ruggeri, P., Faelli, E. Shuttle Running Within a Small-Sided Game: Effects on Internal and External Workloads, in Young Elite Soccer Players (2023) International journal of sports physiology and performance, 18 (1), pp. 77-84.
5. Gallo, G., Mateo-March, M., Gotti, D., Faelli, E., Ruggeri, P., Codella, R., Filipas, L. How do world

- class top 5 Giro d'Italia finishers train? A qualitative multiple case study (2022) *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 32 (12), pp. 1738-1746.
6. Filipas, L., Gallo, G., Meloni, A., Luzi, L., Codella, R. Effects of bilateral dorsolateral prefrontal cortex high-definition transcranial direct-current stimulation on time-trial performance in cyclists with type 1 diabetes mellitus (2022) *Brain Stimulation*, 15 (5), pp. 1292-1299.
 7. Gallo, G., Geda, E., Codella, R., Faelli, E., Panasci, M., Eduardo Ranieri, L., Pollastri, L., Brighenti, S., Molino, L., Riba, U., Luzi, L., Ruggeri, P., Filipas, L. Effects of Bilateral Dorsolateral Prefrontal Cortex High-Definition Transcranial Direct-Current Stimulation on Physiological and Performance Responses at Severe-Intensity Exercise Domain in Elite Road Cyclists (2022) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 17 (7), pp. 1085-1093.
 8. Belli, E., Filipas, L., Latorre, A., Vitale, J.A. Incidence of injuries in semi-professional soccer: a six-month retrospective study in the Italian fourth division (2022) *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 62 (7), pp. 938-943.
 9. Gallo, G., Mateo-March, M., Leo, P., Campos-Donaire, A., Gandia-Soriano, A., Giorgi, A., Faelli, E., Ruggeri, P., Codella, R., Mujika, I., Filipas, L. Power Road-Derived Physical Performance Parameters in Junior, Under-23, and Professional Road Cycling Climbers (2022) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 17 (7), pp. 1094-1102.
 10. Filipas, L., Bonato, M., Gallo, G., Codella, R. Effects of 16 weeks of pyramidal and polarized training intensity distributions in well-trained endurance runners (2022) *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 32 (3), pp. 498-511.
 11. Gallo, G., Mostaert, M., Faelli, E., Ruggeri, P., Delbarba, S., Codella, R., Vansteenkiste, P., Filipas, L. Do Race Results in Youth Competitions Predict Future Success as a Road Cyclist? A Retrospective Study in the Italian Cycling Federation (2022) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 17 (4), pp. 621-626.
 12. Gallo, G., Leo, P., Mateo-March, M., Giorgi, A., Faelli, E., Ruggeri, P., Mujika, I., Filipas, L. Cross-Sectional Differences in Race Demands Between Junior, Under 23, and Professional Road Cyclists (2022) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 17 (3), pp. 450-457.
 13. Gallo, G., Leo, P., March, M.M., Giorgi, A., Faelli, E., Ruggeri, P., Mujika, I., Filipas, L. Differences in Training Characteristics Between Junior, Under 23 and Professional Cyclists (2021) *International Journal of Sports Medicine*, 43 (14), pp. 1183-1189.
 14. Lovecchio, N., Manes, G., Filipas, L., Giuriato, M., Torre, A.L., Iaia, F.M., Codella, R. Screening Youth Soccer Players by Means of Cognitive Function and Agility Testing (2021) *Perceptual and Motor Skills*, 128 (6), pp. 2710-2724.
 15. Filipas, L., Martin, K., Northey, J.M., La Torre, A., Keegan, R., Rattray, B. Response to the letter to the editor regarding the article "A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals" (2021) *Journal of Science and Medicine in Sport*, 24 (12), pp. 1202-1203.
 16. Faelli, E., Panasci, M., Ferrando, V., Bisio, A., Filipas, L., Ruggeri, P., Bove, M. The effect of static and dynamic stretching during warm-up on running economy and perception of effort in recreational endurance runners (2021) *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (16), art. no. 8386, .
 17. La Torre, A., Vitale, J.A., Codella, R., Filipas, L. Road to Tokyo 2020: Has this atypical 5-year Olympic cycle represented an opportunity? (2021) *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 61 (8), pp. 1039-1041.
 18. Melocchi, I., Filipas, L., Lovecchio, N., de Nardi, M., la Torre, A., Codella, R. Effects of different stretching methods on vertical jump ability and range of motion in young female artistic gymnastics athletes (2021) *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 61 (4), pp. 527-533.
 19. Filipas, L., La Torre, A., Hanley, B. Pacing Profiles of Olympic and IAAF World Championship Long-Distance Runners (2021) *Journal of strength and conditioning research*, 35 (4), pp. 1134-1140.
 20. Gallo, G., Filipas, L., Tornaghi, M., Garbin, M., Codella, R., Lovecchio, N., Zaccaria, D. Thresholds Power Profiles and Performance in Youth Road Cycling (2021) *International journal of sports physiology and performance*, 16 (7), pp. 1049-1051.
 21. Filipas, L., Ferioli, D., Banfi, G., Torre, A.L., Vitale, J.A. Single and combined effect of acute sleep restriction and mental fatigue on basketball free-throw performance (2021) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 16, pp. 415-420.
 22. Pollastri, L., Gallo, G., Zucca, M., Filipas, L., la Torre, A., Riba, U., Molino, L., Geda, E. Bilateral dorsolateral prefrontal cortex high-definition transcranial direct-current stimulation improves time-trial performance in elite cyclists (2021) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 16 (2), pp. 224-231.
 23. Codella, R., Alongi, R., Filipas, L., Luzi, L. Ergogenic Effects of Bihemispheric Transcranial Direct Current Stimulation on Fitness: A Randomized Cross-over Trial (2021) *International Journal of Sports*

- Medicine, 42 (1), pp. 66-73.
24. Filipas, L., Borghi, S., La Torre, A., Smith, M.R. Effects of mental fatigue on soccer-specific performance in young players (2021) *Science and Medicine in Football*, 5 (2), pp. 150-157.
 25. Filipas, L., Martin, K., Northey, J.M., La Torre, A., Keegan, R., Rattray, B. A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals (2020) *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23 (12), pp. 1215-1219.
 26. Filipas, L. The effect of mental fatigue on sport-specific endurance and technical performances (PhD Academy Award) (2020) *British Journal of Sports Medicine*, .
 27. Filipas, L., Gallo, G., Pollastri, L., La Torre, A. Mental fatigue impairs time trial performance in sub-elite under 23 cyclists (2019) *PLoS ONE*, 14 (6), art. no. e0218405, .
 28. Filipas, L., Ballati, E.N., Bonato, M., La Torre, A., Piacentini, M.F. Elite male and female 800-m runners' display of different pacing strategies during season-best performances (2018) *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 13 (10), pp. 1344-1348.
 29. Filipas, L., Mottola, F., Tagliabue, G., La Torre, A. The effect of mentally demanding cognitive tasks on rowing performance in young athletes (2018) *Psychology of Sport and Exercise*, 39, pp. 52-62.
 30. Filipas, L., La Torre, A., MenaspÀ, P., Giorgi, H. Achieving Grand Tour success: A pilot study using cycling's World Tour points (2018) *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 58 (10), pp. 1432-1438.

CONFERENZE E SEMINARI

2022

Presentazione orale su invito a congresso nazionale

Congresso: Federazione Italiana Sport Invernali "Sci di fondo: obiettivi futuri" - Bobbio (2022)

Filipas, L. Le intensità di allenamento: dalla ricerca scientifica al campo

2021

Presentazione orale a congresso nazionale

Congresso: XII National Congress SISMES - Padova (2021)

Filipas, L., Bonato, M., Gallo, G., Codella, R. Effects of pyramidal and polarized training intensity distributions over a 16-week periodization

Presentazione orale su invito a congresso internazionale

Congresso: European Athletics "High Performance Webinar Series" - Online (2021).

Filipas, L. The effects of mental fatigue on physical performance

2020

Presentazione orale su invito a congresso nazionale

Congresso: Federazione Italiana di Atletica Leggera "Corsa in montagna/sci nordico: contaminazioni virtuose" - Online (2020)

Filipas, L. Tra volume e intensità: modulazione e controllo dei carichi di allenamento

Presentazione orale su invito a congresso nazionale

Congresso: Federazione Italiana di Atletica Leggera "L'atleta moderno tra Ercole e Pitagora. Adattamenti alla fatica (fisica e mentale) tra stagioni, climi e fusi orari" - San Giorgio su Legnano (2020)

Filipas, L. La fatica nella corsa di resistenza: mente o corpo?

2019

Presentazione orale a congresso nazionale

Congresso: XI National Congress SISMES - Bologna (2019)

Filipas, L., La Torre, A., Ferioli, D., Vitale, J.A. The effects of mental fatigue and sleep deprivation on free throw basketball performance

Presentazione orale a congresso internazionale

Congresso: Action Sport & Exercise Medicine Congress - Malcesine (2019)

Filipas, L. Mottola, F., Tagliabue, G. The effect of mental fatigue in endurance sports

Presentazione orale a congresso internazionale

Congresso: European College of Sport Science Congress - Praga (2019)

Filipas, L., Martin, K., Northey, J., La Torre, A., Keegan, R., Rattray, B. A 4-week endurance training

program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals

2018

Presentazione orale a congresso nazionale

Congresso: X National Congress SISMES - Messina (2018)

Filipas, L., La Torre, A., Martin, K., Keegan, R., Rattray, B. Improved tolerance to mental exertion after 4 weeks of endurance training

Presentazione poster a congresso nazionale

Congresso: X National Congress SISMES - Messina (2018)

Filipas, L., La Torre, A., Hanley, B. Pacing profiles of Olympic and IAAF World Championship long distance runners

2017

Presentazione orale a congresso nazionale

Congresso: IX National Congress SISMES - Brescia (2017)

Filipas, L., Tagliabue, G., La Torre, A., Mottola, F. Mental fatigue does not influence rowing performance in young athletes

Presentazione poster a congresso nazionale

Congresso: IX National Congress SISMES - Brescia (2017)

Filipas, L., Colnaghi, G., Mottola, F., La Torre, A. Analysis of dropout from high-level alpine ski

Presentazione orale a congresso internazionale

Congresso: European College of Sport Science Congress - Essen (2017)

Filipas, L., Tagliabue, G., La Torre, A., Mottola, F. Does mental exertion influence rowing performance in young athletes?

2016

Presentazione orale a congresso nazionale

Congresso: VIII National Congress SISMES - Roma (2016)

Filipas, L., La Torre, A., Menaspà, P., Giorgi, H. Achieving Grand Tour success - The progression in cycling's World Tour points

Presentazione orale a congresso internazionale

Congresso: European College of Sport Science Congress - Vienna (2016)

Filipas, L., La Torre, A., Menaspà, P., Giorgi, H. Modelling professional cyclists' careers with UCI points

PREMI E RICONOSCIMENTI

2022

Vincitore del "Paper of the Year"

Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports

2020

Finalista del "PhD Academy Award"

British Journal of Sports Medicine

2018

Vincitore del "Best Poster Award"

X National Congress SISMES - Messina (2018)

COLLABORAZIONI INTERNAZIONALI IN PROGETTI DI RICERCA

2020 - corrente

Collaborazione a livello nazionale finalizzata alla creazione di progetti di ricerca multicentrici, orientati alla performance negli sport di endurance

Ruolo all'interno del gruppo di ricerca: supervisor

Pubblicazioni scientifiche risultanti da questa collaborazione presenti nell'elenco delle pubblicazioni

scientifiche

Ente: Università degli Studi di Genova

Referente: Prof. Piero Ruggeri

2019 - 2022

Collaborazione a livello nazionale finalizzata alla creazione di progetti di ricerca sull'interazione tra sonno, fatica mentale e performance fisica

Ruolo all'interno del gruppo di ricerca: principal investigator

Pubblicazioni scientifiche risultanti da questa collaborazione presenti nell'elenco delle pubblicazioni scientifiche

Ente: IRCSS Istituto Ortopedico Galeazzi

Referente: Dott. Jacopo Vitale

2019 - 2021

Collaborazione a livello internazionale finalizzata alla creazione di progetti di ricerca multicentrici, orientati alla valutazione delle determinanti della prestazione nel ciclismo professionistico su strada

Ruolo all'interno del gruppo di ricerca: principal investigator

Pubblicazioni scientifiche risultanti da questa collaborazione presenti nell'elenco delle pubblicazioni scientifiche

Ente: Universidad del País Vasco

Referente: Prof. Iñigo Mujika

2017 - 2020

Collaborazione a livello internazionale finalizzata allo sviluppo di un progetto di ricerca sulla fatica mentale nel corso del dottorato di ricerca e nel primo periodo da assegnista di ricerca

Ruolo all'interno del gruppo di ricerca: principal investigator

Pubblicazioni scientifiche risultanti da questa collaborazione presenti nell'elenco delle pubblicazioni scientifiche

Ente: University of Canberra

Referente: Prof. Ben Rattray

RESPONSABILITÀ IN PROGETTI SCIENTIFICI AFFIDATI DA ISTITUZIONI NAZIONALI E INTERNAZIONALI

2020 - 2022

Responsabilità come "co-investigator" nel progetto "Effects of bilateral dorsolateral prefrontal cortex high-definition transcranial direct-current stimulation in elite road cyclists" affidato da RIBA - Istituto Diagnostico Torino e Team Bahrain-Merida

2017 - 2018

Responsabilità come "principal investigator" nel progetto "A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals" finanziato da Human Performance Research Network attraverso il grant "Defence Science and Technology Human Performance Research Network" (numero grant: 201941)

ATTIVITÀ DI PEER REVIEW PER RIVISTE SCIENTIFICHE INTERNAZIONALI

2020 - corrente

Membro all'Editorial Board della rivista Frontiers in Psychology

Ruolo: Review Editor

Mansione: revisione di articoli scientifici e creazione di nuovi Research Topic

2017 - corrente

Attività di Peer Reviewer in riviste internazionali scientificamente riconosciute nell'ambito del settore concorsuale: International Journal of Sports Physiology and Performance, Medicine & Science in Sports & Exercise, Journal of Sports Sciences, Frontiers in Psychology, Journal of Strength and Conditioning Research, Research in Sports Medicine, Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, Perceptual Motor Skills, Psychology of Sport and Exercise, PlosOne, Sport Sciences for Health

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: Italiano

Altre lingue: Inglese

Ascolto B2

Lettura C1

Scrittura C1

Produzione orale B2

Interazione orale B2

COMPETENZE INFORMATICHE

Trainingpeaks / WK05 / Pacchetto Office / GraphPad Prism / SPSS

RUOLI SPORTIVI

Tecnico di primo livello SNaQ - FIDAL

Tecnico di primo livello SNaQ - FITRI

Tecnico di atleti di livello internazionale: n. 3 ciclisti professionisti (con convocazioni nelle rappresentative nazionali giovanili e assolute)

Data

23/03/2023

Luogo

Milano