



## Contatti

---

### Cellulare

329 7043845

### Email

dott.lucaflocchini@gmail.com

### Sito

www.dottlucaflocchini.com



dott.flocchiniluca

## Dati P.IVA

---

Libero professionista  
Domicilio fiscale in Via L.Einaudi 3,  
Puegnago Del Garda, 25080 (BS)  
P.IVA: 03808630986  
ATECO: 721100

## Iscrizione Albo

---

Iscrizione Albo professionale Biologi  
SEZ. A n° AA\_100007

# LUCA FLOCCHINI

BIOLOGO NUTRIZIONISTA

## Presentazione

---

Mi chiamo Luca, sono un Biologo Nutrizionista e membro della SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana).

Esperto in nutrizione clinica e dimagrimento, la mia mission è quella di aiutare le persone a stare meglio attraverso una nutrizione mirata.

## Competenze principali

---

- Consulenza nutrizionale
- Antropometria
- Analisi composizione corporea
- Dislipidemie
- Cardiopatie
- Dimagrimento
- Dismetabolismi
- Allergie / intolleranze
- Gravidanza ed allattamento
- IBD, IBS, reflusso gastroesofageo
- Perimenopausa, menopausa
- Body recomp
- Performance sportiva

## Formazione Universitaria

---

Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana - Università San Raffaele.

*Tesi "I benefici della supplementazione orale di magnesio nella persona con diabete tipo 2" con Prof.ssa Federica Limana - Università San Raffaele Roma.*

Master in Posturologia - Università Telematica Pegaso.

*Tesi sperimentale "Diaframma e postura: un'indagine attraverso la rieducazione alla respirazione fisiologica" con Prof. Gaetano Agliata e Prof. Luigi Foggia - Università Pegaso.*

Laurea in Scienze Motorie - Università degli Studi di Brescia.

*Tesi sperimentale "Musica e attività fisica: un'indagine sulla pratica del Karate" con Prof. Carlo Cristini. - Università degli Studi di Brescia.*

## Formazione post-lauream

---

Corso "Terapia Nutrizionale Oncologica" presso FNOB - Federazione Nazionale degli Ordini dei Biologi (2024).

Corso "IBS e dieta LowFODMAP" presso SNS - Scuola di Nutrizione Salernitana (2024).

Corso "Integrazione SNS e sport" presso SNS - Scuola di Nutrizione Salernitana (2023).

Seminario "Il dimagrimento rapido" presso SNS - Scuola di Nutrizione Salernitana(2023).

Corso "Rianimazione cardiopolmonare di base e defibrillatore precoce" presso AAT Brescia(2022).

Esami di Stato per l'abilitazione alla professione di Biologo SEZ A presso Università degli Studi dell'Insubria(2022).

Corso "Variazioni quotidiane della statura in soggetti affetti da dolore lombosacrale" presso UNC - Unione Nazionale Chinesiologi (2020).

Corso "Stress: Biologia, adattamento e patologia" presso Eduopen - Università di Parma (2020).

Corso "Fondamenti di medicina riabilitativa" presso Eduopen - Università degli studi di Milano Bicocca (2020).

Corso "Biomeccanica dell'osso vertebrale" presso UNC - Unione Nazionale Chinesiologi (2019).

Corso "Preparatore atletico dei giochi di squadra" presso Università degli studi di Brescia (2013).

Diploma istruttore I livello MLN self-defence (2011).

Attestato corso Nazionale di formazione generale per tecnici Libertas presso Centro Nazionale Sportivo Libertas (2008).

## Carriera sportiva

---

Ho sempre fatto sport sin dalla tenera età di 5 anni. Nel corso degli anni, sia durante gli studi universitari che privatamente, ho avuto la possibilità di sperimentare, approfondire, sviluppare e studiare gran parte delle discipline del panorama sportivo e del fitness. Senza alcun dubbio però, il Karate è, ed è stato, maestro di vita...

Nella mia carriera agonistica di Karate (specialità del Kumite-combattimento) i principali titoli e medaglie conquistate sono:

- CAMPIONE ITALIANO Libertas 2006-2007-2009
- CAMPIONE REGIONALE F.I.J.L.K.A.M. 2005-2006
- CAMPIONE REGIONALE Libertas 2005-2006
- CAMPIONE PROVINCIALE Libertas 2003
- MEDAGLIA ORO International Karate Cup 2003
- MEDAGLIA ORO V Tappa Trofeo Veneto 2004
- MEDAGLIA ORO International S. Claus - Varazdin - Croatia 2005
- MEDAGLIA ORO Trofeo Forza e Costanza 2005
- MEDAGLIA ORO Trofeo Liguria 2005
- MEDAGLIA ORO International Slovenia 2006
- MEDAGLIA ORO Trofeo Comune di Serle 2006
- MEDAGLIA ORO International Rijeka 2006
- MEDAGLIA ORO Campionato Regionale a Squadre 2007
- MEDAGLIA ORO Trofeo città di Gambolò Senior 2008
- MEDAGLIA ORO Trofeo Karate Pantere Castellanza 2008
- MEDAGLIA ORO Trofeo Giovani Speranze 2008
- MEDAGLIA ORO Trofeo delle Regioni 2009
- MEDAGLIA ORO Trofeo Franco Franchi 2009
- MEDAGLIA ORO IV Trofeo Interregionale Serle 2009
- MEDAGLIA ARGENTO Campionati Regionali FIJLKAM 2002-2006
- MEDAGLIA ARGENTO Campionati Italiani UKS 2011
- MEDAGLIA ARGENTO International Slovenia 2005
- MEDAGLIA ARGENTO Interregionale Libertas 2007
- MEDAGLIA ARGENTO Memorial Forsetti 2004
- MEDAGLIA ARGENTO III Tappa Trofeo Veneto 2005
- MEDAGLIA BRONZO European Championship 2005
- MEDAGLIA BRONZO International S.Claus - Varazdin - Croatia 2004

- MEDAGLIA BRONZO Internazionali San Marino 2005
- MEDAGLIA BRONZO Internazionali di Grado 2005
- MEDAGLIA BRONZO Campionato Regionale FIJLKAM 2005-2007
- MEDAGLIA BRONZO Trofeo città di Gambolò Junior 2008
- MEDAGLIA BRONZO Trofeo Franco Franchi 2007
- MEDAGLIA BRONZO VII Trofeo delle Regioni 2006
- MEDAGLIA BRONZO VI Trofeo Canegrate 2002
- MEDAGLIA BRONZO V Coppa Valle Sabbia 2003
- MEDAGLIA BRONZO VI Tappa Trofeo Veneto 2004
- PREMIO MIGLIOR ATLETA 2005-2006-2007-2009
- PREMIO MIGLIOR ATLETA Trofeo Pantere 2008