



Lucian Nicolescu - Șeușan

📍 Acasă

Alba Iulia, România

✉ E-mail: nicolescu_s_lucian@yahoo.com

Gen: Masculin Data nașterii:

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

- [2025 – În curs] **Asistent Universitar Doctorand**
Universitatea „1 Decembrie 1918”
Localitatea: Alba Iulia | Țara: România
-susținere Lucrări Practice.
- [2025 – În curs] **Președinte Club Sportiv**
ACS Green Fit
Localitatea: Alba Iulia | Țara: România
-evaluarea periodică a sportivilor;
-planificarea și programarea pregătirii sportivilor pentru competițiile de fitness;
-activități administrative.
- [2022 – 2024] **Preparator Sportiv al Lotului Olimpic Masculin de Gimnastică Artistică**
Federația Română de Gimnastică
Localitatea: București | Țara: România
-efectuarea periodică a evaluării corporale și teste de efort fizic;
-pregătire fizică generală și specifică pentru Jocurile Olimpice, Paris, 2024;
-individualizarea protocolului de refacere și recuperare.
- [2022 – 2024] **Preparator Sportiv al Lotului Olimpic de Atletism**
Federația Română de Atletism
Localitatea: București | Țara: România
-efectuarea periodică a evaluării corporale și teste de efort fizic;
-pregătire fizică generală și specifică pentru Jocurile Olimpice, Paris, 2024;
-individualizarea protocolului pentru refacere și recuperare.
- [2021 – 2024] **Preparator Sportiv al Echipei Naționale de Cupa Davis**
Federația Română de Tenis
Localitatea: București | Țara: România
-efectuarea periodică a evaluării corporale și teste de efort fizic;
-planificarea și programarea antrenamentelor pentru pregătirea fizică;
-individualizarea protocolului pentru refacere și recuperare.
- [2022 – În curs] **Preparator Sportiv al tenismenei Irina Begu**
Irina Begu
-efectuarea periodică a evaluării corporale și teste de efort fizic;
-planificarea și programarea antrenamentelor pentru pregătirea fizică;
-individualizarea protocolului pentru refacere și recuperare.

[2020 – 2022] **Preparator Sportiv al tenismenului Horia Tecău**

Horia Tecău

- efectuarea periodică a evaluării corporale și teste de efort fizic;
- planificarea și programarea antrenamentelor pentru pregătirea fizică;
- individualizarea protocolului pentru refacere și recuperare.

[2018 – 2020] **Preparator Sportiv al tenismenului Marius Copil**

Marius Copil

- efectuarea periodică a evaluării corporale și teste de efort fizic;
- planificarea și programarea antrenamentelor pentru pregătirea fizică;
- individualizarea protocolului pentru refacere și recuperare.

[2015 – În curs] **Formator**

SC Cursuri ISCI SRL

Localitatea: Alba Iulia | **Țara:** România

- Predare cursuri și workshop-uri pentru specialiști ai domeniului sportiv și fiziokinetoterapeuți.

[2015 – În curs] **Antrenor coordonator**

SC Educație ISCI România SRL

Localitatea: Alba Iulia | **Țara:** România

- coordonarea echipei de instructori sportivi.

EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

[2017 – 2021] **"Strength & Conditioning Coach"**

International Strength & Conditioning Institute

[2017] **Preparator Sportiv - Stagiari**

Lotul Olimpic Cubanez de Atletism

Localitatea: Havana | **Țara:** Cuba |

[2014] **Preparator Sportiv**

Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor

Localitatea: București | **Țara:** România |

[2014] **Formator**

SC Scudetto SRL

Localitatea: Alba Iulia | **Țara:** România |

[2008] **Antrenor de Culturism și Fitness**

Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor

Localitatea: București | **Țara:** România |

[2002 – 2007] **Licențiat în Educație Fizică și Sport**

Universitatea "Babeș-Bolyai", Facultatea de Educație Fizică și Sport

Localitatea: Cluj Napoca | **Țara:** România |

[2002 – 2005] **Certificat de Competențe Profesionale în Domeniul Medical**

Școala Postliceală Sanitară

Localitatea: Alba Iulia | **Țara:** România |

[1998 – 2002] **Diplomă de Bacalaureat**

Liceul Sportiv

Localitatea: Alba Iulia | **Țara:** România |

AUTOR CĂRȚI ȘI ARTICOLE

[2023] **Protocolul Nicolescu – Identificarea și tratarea dezechilibrelor neuromusculare**

Nicolescu – Șeușan, N.A., **Nicolescu – Șeușan, L.**, *Protocolul Nicolescu – Identificarea și tratarea dezechilibrelor neuromusculare*, Editura Risoprint, 2023, cod ISBN 978 – 973 – 53 – 3155 -9

[2022] **Noțiuni de bază privind Anatomia și Biomecanica Corpului Uman**

Nicolescu – Șeușan, N.A., Nicolescu – Șeușan, L., *Noțiuni de bază privind Anatomia și Biomecanica Corpului Uman*, Editura Riso Print, 2022, Cluj – Napoca, cod ISBN 978-973-53-2921-1

[2023] **Implementation of a suitable therapy protocol...**

Nicolescu – Șeușan, N.A., PhD Simion Ghe., **Nicolescu – Șeușan L.**, (2023), *Implementation of a suitable therapy protocol aimed at identifying and treating neuromuscular imbalances with the purpose of treating congenital sechelar brachial plexus paresis* – case study, International scientific conference "Perspectives in Physical Education and Sport" 23rd edition, Constanța, <https://feefs.univ-ovidius.ro/conferinta-stiintifica-internationala>

[2023] **Treatment of congenital sechelar brachial plexus paresis...**

Nicolescu – Șeușan, N.A., PhD Simion Ghe., **Nicolescu – Șeușan L.**, (2023), *Treatment of congenital sechelar brachial plexus paresis by applying a specific therapeutic protocol to relax the contracted muscles and activate the denervated muscles* – case study, International scientific conference "Perspectives in Physical Education and Sport" 23rd edition, Constanța, <https://feefs.univ-ovidius.ro/conferinta-stiintifica-internationala>

COMPETENȚE LINGVISTICE

Limba(i) maternă(e): română

Altă limbă (Alte limbi): engleză

COMPREHENSIUNE ORALĂ B2 CITIT B2 SCRIS B2

EXPRIMARE SCRISĂ B2 CONVERSAȚIE B2

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat