



con il patrocinio



organizza

L'ALLENAMENTO FUNZIONALE NELLO SPORT E NEL FITNESS

Evidenze scientifiche e laboratori pratici



Bisceglie, 23 marzo 2013

Nicotel, Viale della Libertà, 62, Bisceglie (BT)

Programma

Ore 9.15: Iscrizioni ed accrediti

Ore 9.45: **Prima sessione: Moderatore: Prof. Francesco Fischetti**, Ricercatore Scienze Motorie, Università di Bari

Ore 9.50: **L'allenamento funzionale: punti di forza e limiti**
Prof. Italo Sannicandro, Ricercatore Scienze Motorie, Università di Foggia;
Preparatore atletico professionista FIGC

Ore 10.30: **Functional training: cosa si intende per corpo funzionale,**
Prof. Alessandro di Giovanni, Master Trainer Functional Training Arkè,
Technogym Italia; preparatore atletico professionista FIGC

Ore 11.10: Coffe break

Ore 11.30: **TRX e allenamento: quale carico? Quali ambiti di utilizzo?,**
Dott. Giacomo Cofano, Preparatore Atletico,
Prof. Mirco Spedicato, Preparatore atletico professionista FIGC

Ore 12.10: **Core Training ed Allenamento Funzionale: aspetti teorici**
Dott. Guido Belli, docente a contratto Facoltà Scienze Motorie, Bologna

Ore 13.10: *Discussione, a seguire Pranzo c/o Ristorante Nicotel*

Ore 14.20: **Seconda Sessione: Moderatori: Prof. Italo Sannicandro, Prof. Francesco Fischetti**

Ore 14.30: **L'approccio metodologico con Arkè nell'allenamento funzionale: proposte operative per fitness class e personal trainer,**
Prof. Alessandro di Giovanni, Master Trainer Functional Training Arkè,
Technogym , Italia; preparatore atletico professionista FIGC

Ore 15.45: **Core Training: laboratorio per le proposte operative in palestra,**
Dott. Guido Belli, docente a contratto Facoltà Scienze Motorie, Bologna

Ore 16.45: **Allenamento funzionale nel recupero dello sportivo amatoriale,**
Dott. Giampiero Ascenzi, S.S. Lazio Calcio, Isokinetic Centre, Roma

Ore 17.30: **Incidenza del lavoro funzionale negli sport open skills: esperienze pratiche nel basket e nel tennis,**
Prof. Giovanni Rubino, Allenatore Nazionale FIP, preparatore fisico FIT

Ore 18.15: Discussione e consegna attestati di partecipazione

Modalità di iscrizione

	Fino al 10/03/13	Fino al 18/03/13	Sede Congressuale
Laureati Scienze Motorie, Diplomati ISEF	€ .70	€ .80	€ .90
Studenti Scienze Motorie Magistrale	€ .60	€ .70	€ .90
Studenti Scienze Motorie Triennale	€ .60	€ .70	€ .90
Iscritti AIPAC in regola per il 2013, Tecnici FIPE	€ .60	€ .70	€ .90
Altri (allenatori, fisioterapisti, ecc)	€ .70	€ .80	€ .90

La quota di iscrizione comprende: l'accesso e la partecipazione ai lavori scientifici, Kit congressuale; atti seminario su CD limitatamente alle relazioni consegnate; ticket coffee break e short lunch, presso il ristorante del Nicotel

Il seminario è a numero chiuso (max 60 iscritti) per consentire di poter seguire le sessioni teoriche e soprattutto i laboratori pratici.

Per usufruire della quota agevolata, le Iscrizioni devono avvenire entro e non oltre il 18/03/13, con pagamento tramite Bonifico Bancario intestato a:

SPORT ACADEMY- IBAN: IT 21Q 0335 9676 8451 0700 029 897

La copia del bonifico e la scheda di iscrizione devono essere spedite entro e non oltre il 19/03/13 all'indirizzo email: sportacademy@virgilio.it

**Per Informazioni: sportacademy@virgilio.it
www.sportandacademy.it**

Brevi note sui relatori

Ascenzi Giampiero: preparatore Atletico Primavera S.S. Lazio, riatlettizzatore presso Isokinetic Centre Roma, per il ricondizionamento in acqua e sul campo; si occupa da anni della riatlettizzazione di sportivi professionisti ed amatoriali con particolare riferimento al training acquatico e di forza.

Belli Guido: laureato magistrale in Scienze Motorie, dottore di ricerca con tesi di dottorato sul tema della Core Stability e del Core Training; docente a contratto Facoltà Scienze Motorie di Bologna. Preparatore atletico professionista FIGC, chinesologo

Cofano Giacomo: laureato in Scienze Motorie, Master in Teoria e tecniche della preparazione atletica nel calcio, si occupa di valutazione motoria e di preparazione atletica negli sport di situazione. E' autore di articoli sugli effetti delle nuove metodologie di training

di Giovanni Alessandro: Master Trainer Functional Training per i corsi Arkè, Technogym Italia; direttore tecnico dell' Athlos Club di Civitavecchia, personal trainer certificato American Council Exercise; preparatore atletico professionista FIGC

Fischetti Francesco: ricercatore in Metodi e Didattiche delle Attività Sportive, Corso di Laurea Scienze Motorie, Bari; docente regionale CONI Puglia. È impegnato da anni nella formazione di insegnanti di educazione fisica e laureati in Scienze Motorie

Rubino Giovanni: diplomato ISEF, dottore in Scienze Motorie, allenatore nazionale Federazione Italiana Pallacanestro, preparatore fisico Federazione Italiana Tennis. È impegnato da anni nell'allenamento sportivo per tutte le fasce d'età

Sannicandro Italo: ricercatore in Metodi e Didattiche delle Attività Motorie presso il Corso di Laurea Scienze Motorie, Foggia; preparatore atletico professionista FIGC, docente regionale CONI Puglia. Autore di numerose pubblicazioni nazionali ed internazionali sull' allenamento per la prevenzione degli infortuni

Spedicato Mirco: laureato in Scienze Motorie e in Biologia, preparatore atletico U.S. Lecce Calcio, preparatore atletico basket; si occupa da anni di preparazione atletica con giovani calciatori e della valutazione degli effetti delle nuove metodologie di training per lo sportivo.

Supportano l'evento formativo



Specialisti in ospitalità sportiva
Viale della Libertà, 62, Bisceglie (BT)