

Nuove metodiche per l'allenamento e la riabilitazione dello sportivo: l'esercizio con macchina isoinerziale

Ancona, 16 dicembre 2017

Sala Riunioni Comitato Regionale CONI Marche, c/o PalaRossini, Strada Prov.le Cameranense, Varano di Ancona

Programma

- Ore 9.30 Accoglienza ed accredito partecipanti
- Ore 9.45 Introduzione ai lavori a cura del *Dott. Piero Benelli*
- Ore 10.00 L'esercizio con la macchina isoinerziale: presupposti di utilizzo, evidenze scientifiche ed applicazioni pratiche – *Dott. P. Benelli*
- Ore 10.20 Effetti dell'esercizio con macchina isoinerziale sui markers dell'adattamento muscolare – *Dott.ssa E. Barbieri*
- Ore 10.40 Desmotec Training System: principi dell'allenamento concentrico-eccentrico in modalità isoinerziale.
Tecnologia: gestione ed utilizzo delle apparecchiature e del SW sistema integrato – *Dott. G. Cera e Dott. L. Fontanella*
- Ore 11.00 Discussione
- Ore 11.15 Coffee-break
- Ore 11.30 Esercitazioni pratiche: modalità di utilizzo della macchina isoinerziale, modalità di Gestione delle valutazioni dell'allenamento e dei carichi. Dimostrazioni e prove sul campo - *Dott. G. Cera e Dott. L. Fontanella*
- Ore 12.30 Conclusioni e chiusura del workshop- Consegna degli attestati

Data l'impostazione pratica del workshop si prega i corsisti che saranno presenti di munirsi di abbigliamento sportivo

Al workshop sono ammessi un massimo di 60 partecipanti e le iscrizioni saranno prese in ordine di arrivo.

Relatori:

Dott. Piero Benelli – Docente Esperto SRdS CONI Marche, Docente Università di Urbino, Dipartimento di Scienze Biomolecolari

Dott. Ssa Elena Barbieri – Docente Università di Urbino, Dipartimento di Scienze Biomolecolari

Dott. Gabriele Cera – Ingegnere biomedico, Desmotec Training System

Dott. Lorenzo Fontanella – Preparatore Fisico, Desmotec Training System

Finalità: Negli ultimi anni si è andata diffondendo nel mondo sportivo di alto livello la metodologia di allenamento con macchina isoinerziale come opzione per lo sviluppo della forza, e come modalità di esercizio per la prevenzione e la riabilitazione di alcuni traumi da sport. Successivamente si sono sviluppate applicazioni anche in altri ambiti, e nello stesso tempo sono stati pubblicati ricerche e studi sperimentali su questa metodologia di allenamento, con il fine di verificarne gli effetti e le potenzialità. Scopo di questo workshop è di analizzare la metodica di lavoro con esercizio isoinerziale, illustrando e commentando gli studi più recenti, e dando la possibilità ai partecipanti di verificarne le modalità e le tecniche di utilizzo con dimostrazioni ed esercitazioni pratiche sul campo.

Destinatari: Il workshop è rivolto ad atleti, allenatori, preparatori fisici, tecnici sportivi, fisioterapisti, medici sportivi e di squadra, studenti e laureati in fisioterapia e in scienze motorie, istruttori di fitness.

Modalità di iscrizione: Per iscriversi è necessario accedere al sito della Scuola Regionale dello sport del C.O.N.I. Marche registrarsi (vedi voce "Iscriviti all'area riservata") e compilare la scheda di iscrizione presente online all'interno del corso/convegno/seminario oppure iscriversi tramite mail all'indirizzo srdsmarche@coni.it.

<http://marche.coni.it/marche/scuola-regionale.html>

La conferma di avvenuta iscrizione arriverà automaticamente dal sistema o dalla mail della SRdS Marche.

Quota di iscrizione: L'iscrizione è gratuita.

A tutti i partecipanti verrà rilasciato un attestato di partecipazione a cura della Scuola Regionale dello Sport del C.O.N.I. Marche

DESMOTEC



1506
UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI URBINO
CARLO BO

