

Differenze di genere: specificità del modello prestativo e delle strategie di allenamento

19 novembre 2026

Online sulla Piattaforma Microsoft Teams

PROGRAMMA

19 novembre

09.00 – 9.15	Accredito dei partecipanti	
09.15 – 9.30	Saluti Istituzionali e Apertura del Seminario	<i>Rossana Ciuffetti</i> <i>Donatella Minelli</i>
09.30 – 11.00	Differenze fra i sessi nella preparazione fisica finalizzata al calcio	<i>Dario Pompa</i>
11.00 – 12.30	Differenziazione sessuale nel corso della pubertà ed effetti sulla prestazione e l'allenabilità	<i>Renato Manno</i>
13.00 – 14.00	<i>Pausa Pranzo</i>	
14.00 – 15.30	Strategie sesso-specifiche nella periodizzazione dell'allenamento di forza	<i>Sandro Bartolomei</i>
15.30 – 17.00	Elementi nutrizionali a supporto dell'atleta donna in relazione al ciclo mestruale ed alla specialità praticata.	<i>Alessandro Stranieri</i>
17.00	Conclusione	

Relatori e relatrici partecipanti ai lavori

Rossana Ciuffetti

Direttore Sport Impact – Sport e Salute Spa

Donatella Minelli

Responsabile Scuola dello Sport – Direzione Sport Impact - Sport e Salute Spa

Dario Pompa

PhD, Ricercatore Università degli Studi "G. d'Annunzio" Chieti-Pescara. Professore a contratto nel corso di laurea magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport dell'Università degli Studi di Bari "Aldo Moro". Esperienze internazionali in MLS (USA) con Philadelphia Union e nella Nazionale italiana di futsal. La sua attività di ricerca si focalizza sulla valutazione e l'ottimizzazione della performance nel calcio, sull'allenamento della forza e sull'impatto dei meccanismi cognitivi sulla prestazione.

Renato Manno

Docente della Scuola dello Sport. Già professore associato presso l'Università de l'Aquila è stato dirigente tecnico dell'Istituto di Scienze e Medicina dello Sport del CONI. Ha collaborato con numerose federazioni sportive italiane e squadre nazionali ed ha scritto testi e articoli che hanno diffuso il sapere scientifico relativo allo sport nel pubblico italiano fin dal 1982

Sandro Bartolomei

PhD. È assistant professor presso l'Università di Bologna ed insegna Teoria e Metodologia dell'Allenamento presso la laurea di base e magistrale. Titolare di incarichi di insegnamento presso università straniere, ha lavorato alcuni anni negli Stati Uniti con il Prof. Jay Hoffman. Svolge ricerche nell'ambito dell'allenamento della forza, del recupero e dell'ipertrofia e collabora con alcune squadre nazionali Italiane e Federazioni sportive.

Alessandro Stranieri

Biologo nutrizionista e chinesiologo, dottore di ricerca, è Adjunct professor presso l'Università degli Studi di Urbino. Specializzato in salute ed efficienza fisica, è esperto in fisiologia clinica dell'esercizio fisico e svolge attività ambulatoriale come nutrizionista. Collabora con scuole di formazione per medici, biologi e chinesiologi sui temi della nutrizione, integrazione nello sport e metodologia dell'allenamento in situazioni patologiche. Referente scientifico nazionale CISM. Ha inoltre contribuito al Libro Bianco sull'attività fisica per l'invecchiamento in salute dell'alleanza per l'invecchiamento attivo Happy Ageing.