

# LA FORZA NEI GIOVANI

18 Ottobre 2023

Roma, Scuola dello Sport, Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti" e  
Online in Microsoft Teams

## FORMAZIONE TECNICO SPORTIVA

### PROGRAMMA

9.30 - 10.00	Accredito dei partecipanti	
10.00-10.10	Saluti Istituzionali	<i>Rossana Ciuffetti</i> <i>Donatella Minelli</i>
10.10 - 10.30	Introduzione ai temi del Seminario	<i>Claudio Mantovani</i> <i>Renato Manno</i>
10.30 - 12.30	Evoluzione, sviluppo e tendenze di allenamento della forza muscolare in età evolutiva	<i>Renato Manno</i>
12.30 - 13.30	Metodologia della preparazione tecnica dei pesisti in età evolutiva	<i>Pietro Roca</i>
13.30 - 14.30	<i>Pausa pranzo</i>	
14.30 - 16.30	L'allenamento della forza nei giochi sportivi in età giovanile: l'esperienza della pallavolo femminile	<i>Marco Mencarelli</i>
16.30 - 17.30	Crescita e maturazione delle funzioni motorie in età evolutiva	<i>Armando Grossi</i>
17.30 - 18.30	Le specificità della costruzione della forza nel nuoto	<i>Marco Lancissi</i>
	Sintesi finale dei lavori e conclusione del Seminario	<i>Renato Manno</i>

## Relatori, Tecnici ed Esperti 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

---

*Claudio Mantovani*

Referente Area Tecnica Scuola dello Sport – Sport e Salute S.p.A.

---

*Renato Manno*

Esperto in Metodologia dell'Allenamento Sportivo  
Docente presso l'Università Telematica San Raffaele e la Scuola dello Sport

---

*Marco Mencarelli*

Direttore Tecnico delle Squadre Nazionali giovanili femminili e del Progetto Club Italia - Primo Allenatore della Squadra Nazionale Under 21 - Docente della Scuola dello Sport

---

*Pietro Roca*

Allenatore della Squadra Nazionale di Pesistica Olimpica – Responsabile tecnico nazionale Progetto FIPE “Pesistica Giovanile” – Direttore Tecnico Comitato Regionale FIPE Lazio- Tecnico Nazionale IV Livello Europeo

---

*Armando Grossi*

Endocrinologo Ospedale Bambino Gesù Roma - Presidente della Società Italiana di Medicina dell'Adolescenza, SIMA

---

*Marco Lancissi*

Preparatore fisico, Responsabile Preparazione atletica Settore Nuoto FIN

---