

Evidenza scientifica e pratiche di successo nella metodologia dell'allenamento

20 settembre 2023

Scuola dello Sport - CPO "Giulio Onesti, Largo Giulio Onesti 1 ROMA
Online su Microsoft Teams Scuola dello Sport

FORMAZIONE TECNICO SPORTIVA

PROGRAMMA

9.30 - 10.00	Accredito dei partecipanti	
10.00 - 10.10	Saluti Istituzionali	<i>Rossana Ciuffetti Donatella Minelli</i>
10.10 - 10.30	Introduzione ai temi del Seminario	<i>Carlo Castagna</i>
10.30 - 11.45	I protocolli di allenamento tra scienza e pratica efficace	<i>Carlo Castagna</i>
11.45 - 12.00	<i>Intervallo</i>	
12.00 - 13.15	L'allenamento d'endurance negli sport individuali: l'evidenza scientifica	<i>Cosme Buzzacchera</i>
13.15 - 14.30	<i>Pausa pranzo</i>	
14.30 - 15.45	Sport di squadra e protocolli per lo sviluppo dell'endurance	<i>Carlo Castagna</i>
15.45 - 16.00	<i>Intervallo</i>	
16.00 - 16.15	L'allenamento d'endurance negli sport individuali: Pratica Efficace & Scienza	<i>Cosme Buzzacchera</i>
16.15 - 17.00	Sezione Domande e Risposte	<i>Claudio Mantovani</i>
17.00 - 17.30	Sintesi finale dei lavori e Chiusura del Seminario	

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 SpA

Carlo Castagna

Laboratorio di Metodologia dell'allenamento e Biomeccanica Applicata al Calcio, Settore Tecnico FIGC, Coverciano, Dipartimento di Scienze Biologiche, Scuola di Scienze Motorie, Università degli Studi di Urbino Carlo Bo, Southern Denmark University (SDU), Odense, DK

Cosme Buzzacchera

Professore Associato Università di Pavia - Corso di Laurea in Scienze Motorie
