

# Lo sviluppo della forza nei giovani

14 aprile 2021

Piattaforma Microsoft Teams EDU della Scuola dello Sport

## Programma

9.00 - 9.30	Accredito Partecipanti	
9.30 - 9.35	Saluti Istituzionali	
9.35 - 9.40	Saluti della Scuola dello Sport e presentazione del Seminario	<i>Rossana Ciuffetti Claudio Mantovani</i>
9.40 - 10.00	Presentazione dei relatori e introduzione ai temi del Seminario	<i>Renato Manno</i>
10.00 - 11.00	La forza nei giovani: trofismo, nutrizione, salute	<i>Antonio Paoli</i>
11.00 - 12.00	La forza nei giovani, le abilità motorie di base e l'agilità: Il progetto ESA Program	<i>Antonino Bianco</i>
12.00 - 13.00	Allenamento della forza nei giovani nelle diverse fasce di età	<i>Renato Manno</i>
13.00	Discussione, sintesi finale dei lavori e chiusura del seminario	<i>Renato Manno Claudio Mantovani</i>

## Relatori

<i>Rossana Ciuffetti</i>	Direttore della Scuola dello Sport, Sport e salute SpA
<i>Claudio Mantovani</i>	Referente Scientifico Area Tecnica della Scuola dello Sport
<i>Renato Manno</i>	Esperto e docente Scuola dello Sport in Teoria e Metodologia dell'Allenamento Sportivo, già Dirigente Coni
<i>Antonio Paoli</i>	Presidente SISMES (Società Italiana Scienze Motorie e Sportive), Professore ordinario Università di Padova, esperto internazionale di forza e nutrizione.
<i>Antonino Bianco</i>	Professore associato, Università di Palermo. Docente Scuola Regionale dello Sport Sicilia