

# SOLLEVARE PESI PER LA PERFORMANCE .... SOLLEVARE PESI PER LA SALUTE

15 Giugno 2022

Roma, Scuola dello Sport, Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti"

## FORMAZIONE TECNICO SPORTIVA

### PROGRAMMA

13.00	Accredito dei partecipanti	
13.15	Saluti Istituzionali	<i>Rossana Ciuffetti Claudio Mantovani</i>
13.30	Introduzione al Seminario	<i>Antonio La Torre</i>
13.40	Il percorso tecnico- metodologico filosofico della Federazione Italiana Pesistica	<i>Antonio Urso</i>
14.00	Le corrette sequenze tecniche nelle alzate olimpiche	<i>Sebastiano Corbu</i>
14.20	Il sollevamento pesi dalla pre-pubertà alla maturità	<i>Alessandro Brunello</i>
14.40	Donne e sollevamento pesi: differenze di genere	<i>Maddalena Elena Cuccia</i>
15.00	Prime domande ai Relatori	
15.15	<i>Pausa e trasferimento nella Palestra FIPE</i>	
	<b>Palestra FIPE</b>	
15.45	Sessione pratica con i Relatori e la partecipazione di atleti FIPE	
17.30	Sintesi finale dei lavori e Chiusura del Seminario	<i>Rossana Ciuffetti Antonio La Torre</i>

## Relatori, Tecnici ed Esperti partecipanti ai lavori

*Rossana Ciuffetti*

Direttore Scuola dello Sport – Sport e salute spa

---

*Claudio Mantovani*

Referente Area Tecnica Scuola dello Sport – Sport e salute spa

---

*Antonio La Torre*

Direttore Tecnico FIDAL, Università degli Studi Milano, docente Scuola dello Sport– Sport e salute Spa

---

*Antonio Urso*

Presidente Federazione Italiana Pesistica, FIPE

---

*Sebastiano Corbu*

Direttore Tecnico Nazionale Pesistica Olimpica FIPE

---

*Alessandro Brunello*

Responsabile Progetto Giovanile Nazionale di Pesistica Olimpica FIPE Factory  
Direttore Tecnico Regionale FIPE Lombardia

---

*Maddalena Elena Cuccia*

Tecnico IV Livello Europeo, Laurea in Scienze Motorie

---