

# 13° Corso Nazionale Coni per Esperti di Preparazione Fisica Anno 2014

## Primo Modulo, 3 - 7 febbraio

### Lunedì 3 febbraio

ore 10.30	Accoglienza, accredito dei partecipanti e consegna del materiale didattico	
ore 11.00-13.00	Presentazione e introduzione generale al Corso Autopresentazione dei partecipanti al Corso Questionario conoscitivo	<b>Claudio Mantovani Angelo Altieri</b>
ore 14.30-16.30	Il ruolo, la collocazione professionale e le competenze del preparatore fisico	<b>Francesco Cuzzolin (via skype) Lorenzo Pugliese</b>
ore 16.30-18.30	Introduzione e visita guidata all'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport "Antonio Venerando"	<b>Claudio Marini Valentina Becchi</b>

### Martedì 4 febbraio

ore 09.00-11.00	Le problematiche e i metodi di allenamento della forza per la preparazione fisica	<b>Alberto Di Mario</b>
ore 11.00-13.00	L'allenamento della forza	<b>Alberto Di Mario</b>
ore 15.00-17.00	Le basi attuali di conoscenza del preparatore fisico: i contributi delle scienze dell'allenamento al mestiere del Preparatore Fisico	<b>Carlo Castagna</b>
ore 17.00-19.00	Modelli e strutture di prestazione nei gruppi di sport: fatti e miti	<b>Carlo Castagna</b>

### Mercoledì 5 febbraio

ore 09.30-17.30	<b>1° Seminario Tecnico 2014</b> "La prevenzione degli infortuni: dalla formazione all'alta prestazione"	<b>Vedi programma dettagliato</b>
-----------------	--	---------------------------------------

### Giovedì 6 febbraio

ore 09.00-11.00	La contrazione muscolare e i meccanismi energetici	<b>Claudio Marini</b>
ore 11.00-13.00	Fatica e recupero	<b>Claudio Marini</b>
ore 14.30-16.30	Illustrazione degli obiettivi e delle tappe del Project Work e della formazione a distanza Cronache di Project Work realizzati	<b>Claudio Mantovani Angelo Altieri Andrea Passerini</b>
ore 16.30-18.30	L'importanza del preatletismo nella preparazione	<b>Guido Brunetti</b>

### Venerdì 7 febbraio

ore 09.00-11.00	I presupposti coordinativi, condizionali e bioenergetici della prestazione fisica	<b>Giorgio Visintin</b>
ore 11.00-13.00	Identificazione e studio dei modelli di prestazione nelle diverse discipline sportive	<b>Giorgio Visintin</b>
ore 14.30-16.30	Le problematiche e i metodi di allenamento della resistenza per la preparazione fisica	<b>Carlo Castagna</b>
ore 16.30-18.30	La programmazione dei carichi di allenamento nella resistenza	<b>Carlo Castagna</b>