

“ RECUPERO E RIGENERAZIONE NELLE ATTIVITA' AGONISTICHE INTENSE ”

Sesto Seminario Tecnico

Roma, 18 Dicembre 2006

Centro di Preparazione Olimpica Acquacetosa “G. Onesti”, Aula 6

Programma

ore 10.30	Accredito dei Partecipanti
ore 11.00-11.15	Introduzione al Seminario Alberto Madella, <i>Consulente Scientifico Scuola dello Sport</i>
ore 11.15-11.45	<i>Gli effetti acuti dell'esercizio intenso: la fatica e le alterazioni organiche e morfo-funzionali</i> Marcello Faina, <i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport</i>
Ore 11.45-12.15	<i>Gli indici dello stato di affaticamento</i> Marco De Angelis, <i>Istituto di Medicina e Scienza dello Sport</i>
Ore 12.15-12.45	<i>I problemi del recupero funzionale degli atleti durante un torneo di alto livello</i> Marco Mencarelli, <i>Tecnico Squadre Nazionali della Federazione Italiana Pallavolo</i>
Ore 12.45-13.15	Discussione
ore 13.15-14.30	<i>Colazione di lavoro</i>
ore 14.30-15.00	<i>Il recupero e i fattori psicologici: esperienze e strumenti</i> Alberto Cei, <i>Docente della Scuola dello Sport</i>
ore 15.00-15.30	<i>I mezzi di recupero e di rigenerazione</i> Pierluigi Fiorella, <i>Medico della Federazione Italiana di Atletica Leggera</i>
ore 15.30-17.00	Tavola Rotonda <i>con la partecipazione dei Relatori e di Tecnici delle FSN</i> Moderatori: Alberto Madella, <i>Scuola dello Sport</i> Mario Gulinelli, <i>Coordinatore Rivista SdS</i>
ore 17.00-17.30	Sintesi finale e Conclusione del Seminario