



FORMAZIONE CONTINUA

Seminari e convegni delle prossime settimane



Supercompensazione ottimale: utopia o possibile realtà? Ancona, 6 marzo 2017

L'incontro si svolgerà presso la Sala Riunioni del Comitato Regionale CONI Marche, Strada Provinciale Cameranesa (Via Publiliensis), 03129 Varano di Ancona.

Programma

Ore 17:00 Accoglienza dei partecipanti
Ore 17:15 Introduzione ai lavori - Prof. M. Silvaggi
Ore 17:30 Supercompensazione ottimale: utopia o possibile realtà - Prof. M. De Angelis
Ore 18:30 Dibattito
Ore 20:00 Termine dei lavori

Supercompensazione ottimale: utopia o realtà?

Ancona, 6 marzo 2017

Relatore: **Marco De Angelis**

Organizzazione: CONI - Scuola Regionale dello Sport Marche



Martedì 14 Marzo ore 21.00

Livorno Sala Riunioni CONI Via Piemonte

Il Comitato Regionale Toscano FIDAL, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizza un seminario/tavola rotonda dal titolo:

" Metodologia d'allenamento nella marcia giovanile. Mezzi e strategie "

Relatori: Alessandro Gandellini Responsabile Nazionale Settore Marcia
Ruggero Sala Collaboratore Nazionale Settore Marcia

Orario: Ore 21.00 Introduzione di Roberto Mazzanti
Ore 21.30 Intervento di Ruggero Sala
Ore 21.40 Intervento di Alessandro Gandellini
Ore 22.10 Tavola rotonda e discussione

Nell'allenamento della marcia giovanile ogni categoria deve essere allenata secondo specifici obiettivi per non appesantire le corse strategiche. Vediamo quali sono i mezzi e come vanno inseriti all'interno di un piano di allenamento

La partecipazione al seminario darà diritto all'acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera



SEMINARIO

Modalità di espressione della forza: considerazioni aggiornate alla luce delle nuove tecnologie di rilevazione dati.

Relatori: Vincenzo De Luca, collaboratore nazionale; Giuliano Baccani, collaboratore nazionale; Andrea Ceccarelli, collaboratore nazionale
Domenica 26 Marzo 2017
Cassa Sanzio Olimpico dell'Espresso - Via degli Indios, 1 - Ciampino (RM)

Programma del seminario

Ore 10:00 Accoglienza dei partecipanti e saluti autorità.
Ore 10:30 Apertura seminario Emilio De Bonis, Fiduciario Tecnico Regionale.
Ore 10:40 Vincenzo De Luca: modalità di espressione della forza, presentazione teorica e pratica delle nuove tecnologie di rilevazione dati
Ore 11:45 Vincenzo De Luca: modalità di espressione della forza, acquisizione dati (sondaggi)
Ore 13:00 pausa pranzo
Ore 14:30 Vincenzo De Luca: presentazione e valutazione dei dati acquisiti nella mattinata
Ore 15:30 Giuliano Baccani: esperienze relative alla rilevazione di corsa per atleti di elevata qualificazione del marzobando veloce
Ore 15:45 Andrea Ceccarelli: esperienze sul campo con giovani atleti di elevata qualificazione del marzobando veloce
Ore 16:00 Vincenzo De Luca: conclusioni finali
Ore 16:30 domande e risposte

- Il seminario è organizzato dal CR FIDAL Lazio, in collaborazione con il Centro Studi & Ricerche FIDAL, valido per l'acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera.
- Le iscrizioni dovranno essere inviate, entro le 24 del 23 marzo 2017 al seguente indirizzo e-mail: tecnico@atleticalazio.it
- Il costo per la partecipazione al seminario è di € 15,00 comprensivi di chiavetta USB con materiale didattico, che saranno versati all'atletico FIDAL al momento dell'accordo.

Metodologia d'allenamento nella marcia giovanile. Mezzi e strategie

Tirrenia, 14 marzo 2017

Relatori: **Alessandro Gandellini, Ruggero Sala**

Organizzazione: FIDAL Comitato Regionale Toscano

Modalità di espressione della forza: considerazioni aggiornate alla luce delle nuove tecnologie di rilevazione dati

Roma, 26 marzo 2017

Relatori: **Vincenzo De Luca, Giuliano Baccani, Andrea Ceccarelli**

Organizzazione: FIDAL Comitato Regionale Lazio



Sabato 1 Aprile ore 15.00

Firenze Sala Riunioni C.R. FIDAL Toscana Stadio Ridolfi

Il Comitato Regionale Toscano FIDAL, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL e l'ASSITAL, organizza un seminario dal titolo:

"La giusta misura" metodi e mezzi per lo sviluppo della forza

Relatore: Prof. Roberto Bonomi Collaboratore Nazionale Settore Velocità

Orario: Ore 15.00 Introduzione di Renzo Avogaro
Ore 15.10 Intervento di Roberto Bonomi

Lo sviluppo della forza è il presupposto essenziale per tutte le specialità che richiedono rapporti nei movimenti. Il relatore analizza in quale misura deve essere applicato e con quali metodiche a partire dalle categorie giovanili.

La partecipazione al seminario darà diritto all'acquisizione di 5,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera.

"La giusta misura" metodi e mezzi per lo sviluppo della forza

Firenze, 1 aprile 2017

Relatore: **Roberto Bonomi**

Organizzazione: FIDAL Comitato Regionale Toscano

RIVISTA ATLETICA STUDI

atleticaStudi
TRIMESTRALE DI RICERCA SCIENTIFICA E TECNICA APPLICATA ALL'ATLETICA LEGGERA

In stampa il prossimo numero della rivista, n. 3/4 2016. Il sommario di questo numero:

BIOLOGIA E ALLENAMENTO – Studio giovani

1 Robert M. Malina

Il modello di sviluppo dell'atleta a lungo termine: visione d'insieme e valutazione

METODOLOGIA – Scuola e giovani

2 Laura Sironi, Francesco Mastrorillo, Chiara Quesada, Antonio La Torre, Nicola Lovecchio

L'agility T-Test: tra lateralità e allenamento.

METODOLOGIA - Biomeccanica

3 Ciacci Simone, Fornaciari Elia, Merni Franco

L'asimmetria nello sprint: analisi tridimensionale su atleti top level. uno studio pilota

METODOLOGIA – Atletica per i master

4 Giorgio Carbonaro, Alberto Cej, Bruno Ruscello, Claudio Quagliarotti

Motivazione e tipologia di carriera sportiva in un gruppo di master di atletica leggera

METODOLOGIA – Avviamento giovani

5 Herbert Czingon

Utilizzare le attrezzature in modo specifico per il salto con l'asta

Storia e Cultura

6 Marco Martini

Persico: chi era costui? Partecipò ai Giochi Olimpici 1920 nella maratona

Formazione continua

- *Convegni, seminari, workshop*
- *Sintesi di articoli scientifici: Livello di sviluppo della forza, architettura muscolare e prestazione in giovani lanciatori agonisti dell'atletica leggera / Effetti dell'uso dell'aquilone per il peso corporeo sulla cinematica della corsa veloce in sprinter di livello / Differenti risposte fisiologiche e percettive tra interval-training sprint e allenamento high-intensity / La prestazione nel salto in lungo da fermo con focus esterno aumentato come risultato di un maggiore angolo effettivo di uscita / Alterazione del controllo e della regolazione del ritmo: effetti del focus durante la corsa / Accuratezza del sensore inerziale PARTwear e del sistema di misurazione ottica Optojump per misurare il tempo di contatto al suolo durante la corsa / L'interval training della corsa aumenta la flessibilità cognitiva e la potenza aerobica di giovani atleti in salute / Influenza di una partenza veloce forzata sulla prestazione di una corsa di 10km*
- *Rassegna bibliografica*

Rubriche: *Recensioni / Abstract (in italiano, in inglese) / Attività editoriali*