

Metodologia

- Studio giovani

3

Paolo Moisè, Alberto Franceschi, Gennaro Boccia, Francesco Trova, Davide Panero, Alberto Rainoldi, Federico Schena, Antonio La Torre, Marco Cardinale

L'andamento delle prestazioni nell'atletica leggera: per vincere da adulti è necessario vincere da giovani?

- Analisi biomeccanica

15

Simone Ciacci, Giacomo Drusiani, Nicola Silvaggi

Analisi cinematica della tecnica rotatoria nel getto del peso: confronto tra modelli tecnici di atleti di categorie diverse

- Allenamento

27

Daniel Buttari, Lorenzo Pugliese

Effetti di un protocollo di allenamento del core sulla tecnica di corsa del velocista. Un "case study"

- Analisi tecnica

34

Giuliano Baccani

Analisi delle variazioni ritmiche del passo di corsa nelle gare di 800 metri femminili top level

- Analisi prestazione

49

Andrea Matarazzo, Roberto Baldassarre, Maria Francesca Piacentini

Gli ansiosi vanno lontano? Influenza degli aspetti psicologici sulla prestazione dei saltatori e delle saltatrici in estensione italiani

- Avviamento giovani

59

Hans Katzenbogner

Divertirsi oltrepassando cartoni. Atletica leggera per i bambini - Salto in lungo

Storia e cultura

70

Marco Martini

La pista del sale - La comune importanza della corsa e della musica tra gli indiani Papago

Formazione continua

74

Convegni, seminari, workshop

/ Sintesi di articoli scientifici:

Uomini e donne mostrano risposte simili ipotensive dopo allenamento pliometrico basso, moderato o di alta intensità / La relazione tra altezza di caduta-potenza media sviluppata come metodo per determinare l'altezza di caduta ottimale e monitorare il processo di allenamento quando si utilizza il drop-jump / L'ipertrofia muscolare degli anziani è in funzione del tempo dedicato all'allenamento con sovraccarichi / L'ingestione di glucosio non incrementa la forza massima isocinetica / Intensità di esercizio e recupero: biomarcatori di infortuni, di infiammazioni e di stress ossidativo / Predizione del tempo di Maratona utilizzando il test incrementale ad esaurimento in maratoneti / Influenza sulla forza e sulla flessibilità di un programma eccentrico per i muscoli dell'hamstring specifico per la fase di pendolo nella velocità / Istruzioni di allenamento e spunti per migliorare la prestazione nello sprint / Stiffness come fattore di rischio per lesioni al tendine di Achille nei runner

/ Rassegna bibliografica

Rubriche

- Recensioni
- Abstract (in italiano, in inglese)
- Attività editoriali