

### Metodologia

#### *- Analisi della prestazione*

3

*Marco Tengattini, Carlo Facheris, Luca Filipas, Antonio La Torre*  
**Evoluzione cronometrica delle prestazioni nel mezzofondo prolungato e maratona**

#### *- Tecnica e prestazione*

16

*Filippo Di Mulo*  
**La preparazione "tecnica e mentale" della staffetta veloce**

### Biologia e allenamento

#### *- Fisiologia e metodologia*

26

*Massimiliano Cortinovis, Lorenzo Pugliese, Gaspare Pavei, Antonio La Torre*  
**L'allenamento in altitudine per le discipline di endurance**

### Metodologia

#### *- Scuola e giovani*

42

*José Garcia Grossocordón*  
**Prove combinate e prove multiple: cosa sono e in cosa si differenziano**

#### *- Analisi della prestazione*

56

*Gianni Tozzi*  
**Analisi della prestazione di giovani ostacolisti di elevato livello**

### Storia e cultura

68

*Augusto Frasca*  
**In memoria di Marco Martini**

### Formazione continua

70

*Convegni, seminari, workshop / l'andamento delle prestazioni dei TOP atleti italiani in tutte le discipline olimpiche (seconda parte) / Sintesi di articoli scientifici: Confronto tra il peak performance del VO<sub>2</sub> su nastro trasportatore motorizzato e quello non motorizzato / Attendibilità e validità interna ed esterna dell'applicazione 'My jump' per misurare differenti tipi di azioni in atleti ed atlete allenati / Effetto del livello di prestazione sulla predizione delle performance di mezzofondo utilizzando un nomogramma / Incrementi sulla prestazione del test anaerobico Wingate con iperventilazione / Analogie e differenze nei modelli dei ritmi di corse su strada di ultradistanze di 161 e 100 km / Dispositivo portatile predittivo della soglia lattato è valido e attendibile nei runner / Effetti acuti di differenti metodi di stretching e di riscaldamento specifico sull'architettura muscolare e la prestazione sportiva / Rassegna bibliografica*

### Rubriche

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