

Elementi di biomeccanica applicati all'Atletica Leggera Parte 2

Venerdì 20 giugno 2025 – Ore 21

<https://www.youtube.com/@Atleticaleggeratutorial>

Il seminario è finalizzato ad aiutare i tecnici a comprendere con più consapevolezza gli aspetti biomeccanici che influenzano le più comuni gestualità ed esercitazioni presenti nell'Atletica Leggera.

Ore 21,00 Registrazione dei partecipanti

Ore 21,15 **Introduzione (Moisè Paolo)**

Ore 21,30 **Biomeccanica e Atletica Leggera (Campolattaro Alberto)**

- **Partenza dai blocchi**
Forze in gioco Analisi delle forze in gioco
Inclinazione in partenza Calcolo della velocità in relazione all'angolo di uscita
- **Corse a ostacoli**
Forze in gioco Analisi delle forze in gioco
Distanza di attacco Calcolo della distanza di attacco in base alla velocità di approccio
- **Pliometria**
Forze in gioco Analisi delle forze in gioco
Altezza di caduta Calcolo della forza in relazione ad altezza (tempo di volo) e tempo di contatto
- **Stiffness**
Definizione di stiffness Rigidità di un corpo in movimento - Calcolo della stiffness
Forze in gioco Analisi delle forze in gioco
Stiffness nella velocità Calcolo della forza di picco nella velocità

Ore 23,00 Chiusura dei lavori

Destinatari:

Tecnici di Atletica Leggera. Insegnanti Educazione Fisica. Laureati e studenti in Scienze Motorie

Relatori:

Paolo MOISÈ Docente a contratto presso l'Università degli Studi di Torino e l'Università Telematica degli Studi IUL di Firenze - Allenatore Specialista Atletica Leggera (Lanci) Responsabile scientifico Rotolando S.r.L.- S.D. Walk Run Jump and Throw Academy.

Alberto CAMPOLATTARO Ingegnere appassionato di atletica leggera e di biomeccanica applicata allo sport - Istruttore FIDAL – Tecnico di Paolo Bellino (49"39 nei 400 hs nel 1991) Francesco Ricci (51"04 nei 400 hs- 1993) Giorgio Isopi (53"09 nel 2025) - Responsabile del settore ostacoli del Battaglio CUS Torino Atletica Leggera.

Iscrizioni: E' sufficiente collegarsi all'ora prevista su <https://www.youtube.com/@Atleticaleggeratutorial>

La partecipazione all'evento è gratuita. Ai tecnici FIDAL che parteciperanno in sincrono verranno riconosciuti **0,5 crediti**



La produzione dell'attestato di partecipazione è subordinata al versamento di 10 euro tramite Satispay (Qr Code) o bonifico bancario intestato a Rotolando SSD a RL IBAN IT18G 08833 01001 000 150102571 (Banca Banca Territori Del Monviso S.c.) **Causale:** Webinar Biomeccanica Cognome e Nome