

# WORKSHOP: RICONOSCIMENTO DI 0,5 CF LA PREPARAZIONE INTEGRATA PER LA PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI DELLA CORSA DI ENDURANCE MONITORAGGIO MEDICO-FISIOTERAPICO DURANTE LA STAGIONE

VENARIA REALE, CASTELLO DELLA MANDRIA, SALA DEGLI SCUDERI | 18 novembre 2023 | ore 15.00



## INTRODUZIONE

MODERATORE: F. COMBI, GIÀ MEDICO SPORTIVO DI INTER E SASSUOLO. CONSULENTE FIDAL.

## MONITORAGGIO PRE-SEASON E IN-SEASON:

I TEST FUNZIONALI PER IL RUNNER

C. Bruscagin, fisioterapista J|medical

## STRATEGIE PER IL MIGLIORAMENTO DELLA PROPRIOCEZIONE NEL RUNNING

F. Sarcone, fisioterapista Juventus

## GLI INFORTUNI DA OVERUSE:

SEGNALI D'ALLARME E IMPLICAZIONI CLINICHE

F. Mariani, medico Juventus

## COFFEE BREAK 10'

## LA TECNICA DI CORSA COME PREVENZIONE PRIMARIA DA SOVRACCARICO FUNZIONALE

E. Artuso, tecnico specialista Fidal

## L'UTILIZZO DEL MEZZO ACQUA COME ALLENAMENTO DIFFERENZIATO E DI RECUPERO

M. Fei, preparatore atletico recupero infortunati Juventus

## IMPORTANZA DELL'AMBIENTE NELL'ALLENAMENTO SPECIFICO ED ASPECIFICO DEL MEZZOFONDISTA

A. Bello, tecnico specialista FIDAL

## DISCUSSIONE

