

## L'OVERTRAINING E IL RECUPERO

Seminario Tecnico

Roma, 4 Aprile 2016

Centro di Preparazione Olimpica "G. Onesti" Coni – Aula 6

### PROGRAMMA DEI LAVORI

8.30-9.00	Accoglienza, accredito dei partecipanti e consegna del materiale didattico	
9.00-9.30	Saluto del Direttore della Scuola dello Sport Presentazione del Seminario e Introduzione ai temi della giornata	Rossana Ciuffetti Renato Manno
9.30- 11.00	<i>Overreaching-Overtraining- the state of the art</i>	Romain Meeusen
11.00 – 11.15	<i>Intervallo</i>	
11.15- 12.00	<i>Overreaching-Overtraining: dalla teoria alla pratica</i>	Maria Francesca Piacentini
12.00- 12.45	<i>Modalità d'intervento psicologico nell'Overreaching-Overtraining : il biofeedback e altro</i>	Umberto Manili
12.45-13.15	<i>Dibattito</i>	
13.15-14.15	<i>Intervallo</i>	
14.15-15.30	<i>Building the recovery for elite athlete : the new Tetris® Game</i>	François Bieuzen
15.30– 17.00	Tavola Rotonda su "Overtraining e Recupero", con la partecipazione di <i>Pierluigi Aschieri, Stefano Baldini, François Bieuzen, Alessandro Bottoni, Alessia Pieretti, Maria Francesca Piacentini</i>	Moderatore: Renato Manno
17.00 -17.15	Sintesi finale dei lavori, conclusione del Seminario e consegna degli attestati di partecipazione	

### ***Note biografiche dei relatori***

Rossana Ciuffetti	<i>Direttore della Scuola dello Sport di Coni Servizi</i>
Renato Manno	<i>Docente Scuola dello Sport Metodologia dell'Allenamento</i>
Romain Meeusen	<i>Former board member dell'European College of Sport Science (ECSS), and ACSM (American college of sports medicine). Ha coordinato il gruppo di lavoro dell'ECSS su "Prevenzione, Diagnosi e Trattamento della Sindrome da Overtraining"</i>
Maria Francesca Piacentini	<i>Master presso la University of California, Berkeley, PhD presso la Vrije Universiteit Brussels, Professore Associato presso l'Università degli studi di Roma "Foro Italico", docente Scuola dello Sport Coni Servizi</i>
Umberto Manili	<i>Psicologo dello Sport, Collaboratore Istituto di Medicina e Scienza dello Sport Coni Servizi – Settore Neuroscienze, Docente Scuola dello Sport Coni Servizi</i>
François Bieuzen	<i>Project coordinator of Recovery - Research Department - French National Institute of Sport (INSEP), Parigi, Francia</i>
Pierluigi Aschieri	<i>Direttore Tecnico Squadra Nazionale Karate, Docente Scuola dello Sport Coni Servizi</i>
Alessandro Bottoni	<i>Direttore Tecnico Giovanile Federazione Italiana Triathlon, Docente SdS Metodologia dell'Allenamento</i>
Alessia Pieretti	<i>Allenatore, atleta nazionale di Pentathlon</i>
Stefano Baldini	<i>Direttore Tecnico Giovanile Federazione Italiana di Atletica Leggera</i>