



LOMBARDIA

Aula Magna IIS Torriani - Via Seminario, 19 - CREMONA  
**sabato 30 novembre 2019, h 9:00 - 13:00**

# La preparazione atletica negli sport di combattimento

## Judo, Pugilato, Scherma: Metodologie a confronto

“*Negli sport di combattimento la prestazione deriva da un mix fra condizione atletica e abilità tecniche. Tempi e modalità di preparazione atletica sono spesso diverse ed a volte sovrapposte alla preparazione tecnica. Il primo obiettivo del Seminario è quello di definire, per ciascuna disciplina, le caratteristiche salienti e le modalità applicative della Preparazione Atletica; il secondo è quello di individuarne, attraverso il confronto, le affinità e le divergenze. I partecipanti potranno così avere conferme sulle metodologie adottate, ma anche allargare i loro orizzonti e poter cogliere spunti per il loro lavoro volti al costante miglioramento e resa dell'allenamento con i propri Atleti.*”



### DESTINATARI

Tecnici degli sport di combattimento e di tutte le discipline sportive, studenti e laureati in Scienze Motorie, diplomati ISEF, docenti scolastici, preparatori fisici, atleti e rappresentanti territoriali CONI



### ISCRIZIONI

Entro il **26 novembre** o fino a esaurimento posti, registrandosi sul sito della SRdS  
<http://lombardia.coni.it/lombardia/scuola-regionale.html>  
**La partecipazione è gratuita**



### SEDE E CONTATTI

**Aula Magna - IIS J. Torriani  
 Via Seminario, 19 - Cremona**  
 Per informazioni:  
**[srdslombardia@coni.it](mailto:srdslombardia@coni.it)**  
 Coordinatore Seminario:  
 Andrea Sozzi

## PROGRAMMA

8.30 - 9.00	Accredito partecipanti
9:00 - 9.15	Saluti Istituzionali e <b>Presentazione seminario</b> <i>Cesare Beltrami</i> - Direttore SRdS Lombardia <b>Stato dell'arte - buone pratiche</b>
9.15 - 10.15	<b>Judo</b> - <i>Cinzia Cavazzuti</i> - Vice Presidente Comitato Regionale FIJLKAM per il settore Judo, laureata in Scienze Motorie, Istruttore judo VI dan, insegnante e preparatore atletico per i settori agonistici. E' stata atleta professionista, finalista ai Giochi di Sidney (2000) e di Atene (2004)
10.15 - 11.15	<b>Pugilato</b> - <i>Giuseppe Stallone</i> - Docente di Formazione FPI e FIKBMS, preparatore fisico di alto livello, preparatore fisico FPI, Tecnico IV livello Europeo, Maestro Sport da Combattimento
11.15 - 12.15	<b>Scherma</b> - <i>Vittorio Bedani</i> - Laureato in Scienze Motorie Tecniche e Didattiche Sportive; Maestro di Scherma (Tecnico 3° livello SNAQ), Tecnico Istruttore Scherma Paralimpica; Massaggiatore Sportivo Terapeutico ed Olistico, Esperto preparazione fisica FIS
12.15 - 13.00	Question time e conclusione lavori