

Seminari Tecnici per le Attività di Alto Livello

QUICKNESS E AGILITY TRAINING

Mercoledì 9 MAGGIO 2018

Scuola dello Sport, CPO "G. Onesti" Coni, Aula 6 e Palestra

PROGRAMMA		
ore 9.00-9.30	Accredito dei partecipanti e consegna del materiale didattico	
9.30-9.50	Saluto del Direttore della Scuola dello Sport Apertura del Seminario e Introduzione ai temi della giornata	Rossana Ciuffetti Antonio La Torre
9.50 - 10.30	<i>L'Agility Training</i> : basi teoriche & ricadute applicative	Antonio La Torre
10.30-10.45	Intervallo	
10.45-12.45	<i>Forza muscolare e asimmetria per l'agility e la prevenzione degli infortuni</i>	Giuseppe Coratella
	<i>Agility Training nella programmazione: come e cosa fare, la dose e la risposta</i> Question Time	Marco Giovannelli
12.45-13.45	Pausa pranzo	
14.00-17.00	In Palestra <i>L'Agility Training</i> : come, quando, perché Metodi, mezzi ed applicazioni - "Buone pratiche"	Antonio La Torre Giuseppe Coratella Marco Giovannelli
	Sintesi finale dei lavori e conclusione del Seminario	Antonio La Torre

Relatori

Rossana Ciuffetti	<i>Direttore Scuola dello Sport Coni Servizi</i>
Antonio La Torre	<i>Professore Associato di Metodi e Didattiche delle Attività Sportive - Università degli Studi di Milano, docente SdS di Metodologia dell'Allenamento Sportivo</i>
Giuseppe Coratella	<i>Ricercatore Università degli Studi di Milano, Ph.D. in Sport Science and Exercise Movement, Department of Neurological, and Movement Science, Università di Verona, Docente SdS,</i>
Marco Giovannelli	<i>Preparatore Atletico Professionista FIGC, presso Parma Calcio 1913, responsabile area fisica settore giovanile, Ph.D in Scienza dell'esercizio fisico e salute, Università degli Studi di Urbino Carlo Bo</i>