

L'allenamento della forza

Quarto Seminario Tecnico
Roma, mercoledì 6 maggio 2015
Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti - Aula Magna

ore 08.45 - 09.00	Accoglienza, accredito dei partecipanti e consegna del materiale didattico	
ore 09.00 - 09.15	Saluto del Direttore della Scuola dello Sport	Rossana Ciuffetti
ore 09.15 - 10.15	Basi neuromuscolari della forza e nuovi approcci	Nicola Maffiuletti
ore 10.15 - 10.30	Question time	
ore 10.30 - 11.15	Elasticità muscolare e "Stretch Shortening Cycle (SSC)"	Goran Markovic
ore 11.15 - 11.30	<i>Pausa</i>	
ore 11.30 - 12.30	Novità sulla potenza muscolare	Goran Markovic
ore 12.30 - 13.30	Dibattito	
ore 13.30 - 14.30	<i>Pausa pranzo</i>	
ore 14.30 - 15.30	L'allenamento della forza nelle discipline di resistenza	Antonio La Torre
ore 15.30 - 16.30	Dalla molecola al bilanciere	Antonio Paoli
ore 16.30 - 17.30	Tavola Rotonda con la partecipazione dei relatori e dei tecnici: <i>Cesare Butini</i> <i>Roberto Cammarelle</i> <i>Gianluca Crespi</i> <i>Francesco Damiani</i> <i>Alberto Di Mario</i>	Coordinatori: Antonio La Torre Renato Manno
ore 17.30 - 17.45	Sintesi finale dei lavori, conclusione del Seminario e consegna degli attestati di partecipazione	

Relatori, Tecnici ed Esperti partecipanti ai lavori

Cesare Butini	<i>Direttore Tecnico del Nuoto</i>
Roberto Cammarelle	<i>Medaglia d'oro a Pechino 2008, medaglia d'argento a Londra 2012 e di bronzo ad Atene 2004 nel pugilato cat. supermassimi, Team Manager Squadre Nazionali di Pugilato</i>
Rossana Ciuffetti	<i>Direttore della Scuola dello Sport Coni Servizi</i>
Gianluca Crespi	<i>Direttore Sportivo della Federazione Italiana Golf</i>
Francesco Damiani	<i>Medaglia d'argento a Los Angeles 1984 nel pugilato cat. supermassimi, Tecnico responsabile squadra Aiba Pro Boxing</i>
Alberto Di Mario	<i>Docente a contratto Università Foro Italico e Università Tor Vergata, docente SdS Metodologia dell'Allenamento, preparatore atletico</i>
Antonio La Torre	<i>Professore associato Università degli studi di Milano, docente Scuola dello Sport Coni Servizi Metodologia dell'Allenamento</i>
Nicola Maffiuletti	<i>Direttore del Laboratorio di ricerca neuromuscolare, Schulthess Clinic, Zurigo</i>
Renato Manno	<i>Dirigente della Scuola dello Sport Coni Servizi, Docente Scuola dello Sport Coni Servizi Metodologia dell'Allenamento</i>
Goran Markovic	<i>Esperto internazionale di problemi legati all'elasticità, Docente all'Università di Zagabria per i temi della forza esplosiva e pliometria, ha svolto molti esperimenti focalizzati sulle applicazioni pratiche della potenza muscolare, ha scritto oltre 58 pubblicazioni scientifiche internazionali</i>
Antonio Paoli	<i>Professore associato di Scienze motorie, già atleta, si occupa di problemi che vanno dalla fisiologia del muscolo alla nutrizione ai problemi della palestra, lavora in collaborazione con uno dei centri di ricerca più importanti al mondo sulla cellula muscolare nell'Università di Padova</i>