

## RAZIONALE

Negli atleti che praticano sport di resistenza la preparazione atletica specifica è di enorme importanza per poter impostare correttamente gli allenamenti e migliorare quindi la prestazione sportiva. Nella fattispecie, risultano fondamentali un'adeguata alimentazione ed una corretta impostazione dei carichi di lavoro, obiettivi facilmente raggiungibili attraverso una valutazione funzionale dell'atleta eseguita da professionisti e con metodologia scientificamente validata. Purtroppo, questi aspetti spesso non vengono gestiti in modo ottimale dagli allenatori o dagli atleti stessi: sovente vengono tratte indicazioni utilizzando metodi di valutazione funzionale indiretti, che non si basano su misurazioni effettuate direttamente sul singolo individuo e che non tengono conto delle sue specifiche caratteristiche. Ciò comporta il fatto che spesso gli atleti agonisti non professionisti o gli amatori avanzati dedicano molto tempo agli allenamenti, ma senza ottimizzare gli stessi in modo scientifico, raggiungendo quindi prestazioni significativamente inferiori rispetto alle loro potenzialità.

A differenza di quanto generalmente percepito nel mondo dello sport, alcune metodiche di valutazione funzionale utilizzate per la valutazione degli atleti professionisti di elevato livello sono accessibili e quindi utilizzabili anche all'atleta amatoriale. Tali metodiche, pur avendo costi contenuti, sono precise, affidabili, non invasive e scientificamente validate. La valutazione della composizione corporea, per esempio, permette di trarre importanti indicazioni inerenti gli aspetti nutrizionali, ma anche il livello di idratazione e la correttezza dei carichi di lavoro svolti dall'atleta. Il test da sforzo cardiopolmonare permette una valutazione funzionale globale dell'atleta, permettendo di valutare contemporaneamente la risposta all'esercizio fisico dal punto di vista cardiovascolare, respiratorio e neuro-muscolare.

**LA PARTECIPAZIONE AL CONVEGNO È GRATUITA.  
È FORTEMENTE RACCOMANDATA  
LA PRE-ISCRIZIONE mediante l'invio  
dei propri dati anagrafici al seguente indirizzo mail:  
medicinadellosport.noale@aulss3.veneto.it**

## DESTINATARI

L'iniziativa è rivolta a:  
**PREPARATORI ATLETICI, TECNICI,  
DIRIGENTI SPORTIVI, ALLENATORI,  
MEDICI DELLO SPORT,  
ATLETI E LAUREATI IN SCIENZE MOTORIE**

## SEDE DEL CONVEGNO

La Sala Civica Rinaldo Maso si trova a Noale, in Via degli Ongari 43, presso l'immobile della Casa di Riposo Relaxxi. Via degli Ongari si raggiunge dalla SR515 girando prima in Via De Pol e successivamente a destra nella Strada degli Ongari (vedi piantina). La Sala Civica è fornita di parcheggio ed è priva di barriere architettoniche.



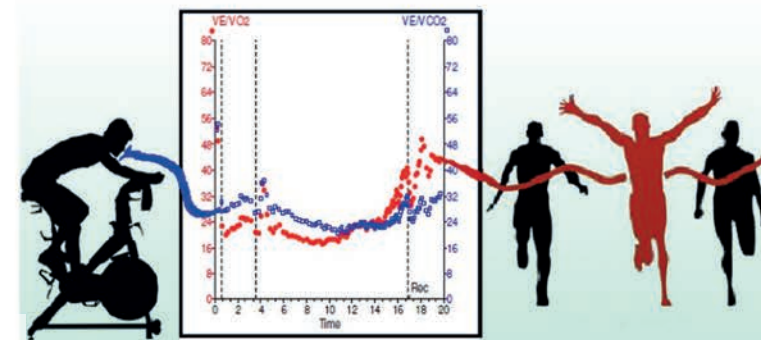
**10 MAGGIO 2018**  
Ore 20.00

CON IL PATROCINIO DI:



## LA VALUTAZIONE FUNZIONALE DELL'ATLETA: DALLA TEORIA ALLA PRATICA

Come integrare diverse competenze professionali per ottimizzare la performance negli sport di resistenza



**"CUORE AMICO"**  
Associazione di Volontariato (onlus)  
MIRANO

Sala Convegni  
**RINALDO MASO**  
Strada degli Ongari 43  
**NOALE (VE)**

## MODERATORI E RELATORI

**Dott. Stefano Baracchi** *FMSI, AMSD Venezia*

**Dott.ssa Erica Brugin** *UOC Medicina dello Sport, Noale*

**Dott. Rosario Conte** *FMSI, AMSD Venezia*

**Prof. Andrea Ermolao** *Università di Padova*

**Dott. Franco Giada** *UOC Medicina dello Sport, Noale*

**Manuela Levorato** *Campionessa Italiana ed Europea*

**Dott. Federico Munarin** *FMSI, AMSD Venezia*

**Dott. Gilberto Sartorato**, *Presidente Fidal, Venezia*

**Dott.ssa Giovanna Tegon** *UOC Medicina dello Sport, Noale*

## PROGRAMMA

20.00 Registrazione dei partecipanti

20.15 Saluti e introduzione all'incontro

### L'ANALISI DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA NEGLI SPORT DI RESISTENZA

MODERATORI:

**Federico Munarin - Gilberto Sartorato**

20.30 Come si esegue e quali risultati fornisce  
**Dott.ssa Giovanna Tegon**

21.00 Come utilizzare i dati per migliorare la  
performance  
**Dott. Rosario Conte**

### LA VALUTAZIONE FUNZIONALE DEL CICLISTA E DEL RUNNER

MODERATORI:

**Franco Giada - Andrea Ermolao**

21.30 Il test da sforzo cardiopolmonare  
(VO2 max) e il test di Mader (lattati ematici)  
**Dott.ssa Erica Brugin**

22.00 Come utilizzare i dati per migliorare la  
performance  
**Dott. Stefano Baracchi**

### L'ESPERIENZA DEGLI ATLETI

22.30 Testimonianza di atleti di elevato livello  
**Manuela Levorato**

23.00 Saluti finali  
e consegna attestati di partecipazione

#### SEGRETERIA SCIENTIFICA:

*Franco Giada, Erica Brugin, Rosario Conte*

#### SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:

**Anna Maria Chiodi**

Tel. 041/5896505 - Fax 041/5896502

e-mail: [medicinadello sport.noale@aulss3.veneto.it](mailto:medicinadello sport.noale@aulss3.veneto.it)

