



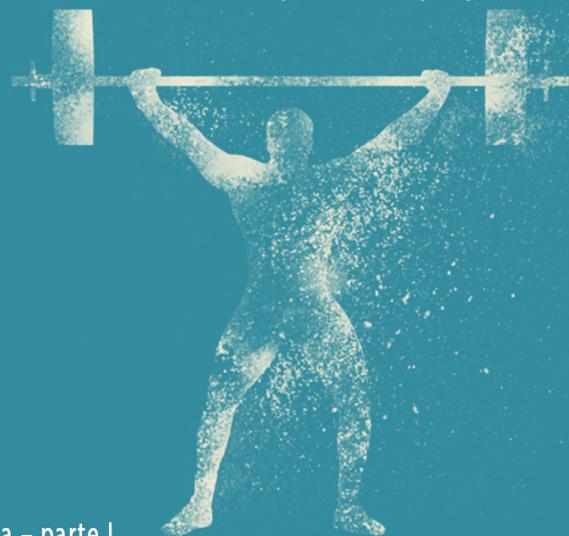
CALABRIA

## SEMINARIO

# “Il ruolo della Forza nella prestazione sportiva”

08 GIUGNO 2019

Salone Scuola Regionale dello Sport - Piazza S. Francesco da Sales, Gallina (RC)



### PROGRAMMA

- 08.30 - Accredito partecipanti
- 09.00 - Saluti istituzionali
- 09.15 - Presentazione
- 09.30 - “La forza: aspetti fisiologici e classificazione”  
(Prof. – Mimmo Albino – Direttore SRdS CONI Calabria)
- 10.30 - “Nuove frontiere: gli aspetti psicologici dell’allenamento della forza – parte I”  
(Dott. Francesco Riccardo - Psicologo Psicoterapeuta – Tutor squadre naz.li FIPE)
- 11.30 - PAUSA caffè
- 11.45 - “Nuove frontiere: gli aspetti psicologici dell’allenamento della forza – parte II”  
(Dott. Francesco Riccardo- Psicologo Psicoterapeuta – Tutor squadre naz.li FIPE)
- 12.45 - Question time
- 13.00 - PAUSA pranzo
- 14.30 - “La forza: cenni di prevenzione e metodologia dai 6 ai 12 anni di età”  
(Maurizio Italiano – Direttore tecnico FIPE Calabria)
- 15.30 - “La pesistica Olimpica quale mezzo di allenamento della forza per tutti gli sport.”  
(Marco Giovannini – Tecnico nazionale - Delegato FIPE Calabria)
- 16.30 - “La forza nel protocollo di lavoro per atleti con disabilità.”  
(Prof. Antonio Urso – Presidente Federazione Italiana Pesistica e Presidente E.W.F. European Weightlifting Federation)
- 17.30 - Question Time
- 18.00 - Questionario di gradimento
- 18.15 - Conclusioni e consegna attestati