

SEMINARIO

Infortunio: traumatologia, rieducazione motoria, educazione alimentare e proposte di allenamento per un completo recupero.

Relatori:

Piero Incalza, *allenatore specialista* – **Alessandro Falcioni** *fisioterapista* – **Ezio Adriani** *ortopedico* – **Lidia Nevaloro** *nutrizionista*

Sabato 24 Marzo 2018

Centro Sportivo Olimpico dell'Esercito – Via degli Arditi, 1 – Cecchignola ROMA

Programma del seminario

ore 14:00 Accredito dei partecipanti

ore 14:15 Apertura seminario

ore 14:20 Ezio Adriani: infortunio – definizione, principali tipologie e traumatologia

ore 14:50 Lidia Nevaloro: aspetti nutrizionali legati all'infortunio e alla sua prevenzione

ore 15:20 Alessandro Falcioni: recupero dall'infortunio – mezzi e metodi

ore 16:05 Piero Incalza: l'allenamento post-infortunio – considerazione generali, mezzi e metodi, proposte di allenamento

ore 17:00 chiusura lavori

- Il seminario è organizzato dal CR FIDAL Lazio, in collaborazione con il Centro Studi & Ricerche FIDAL valido per l'acquisizione di **0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera**.
- Le iscrizioni dovranno essere inviate, entro le 24 del 21 Marzo 2018 al seguente indirizzo e-mail: f.rambotti@fidallazio.it
- Il costo della partecipazione al seminario è di euro 15,00 comprensivi di chiavetta USB con materiale didattico.