

La Scuola Regionale dello Sport delle Marche in collaborazione con A.I.P.A.C.

organizza un incontro

“La preparazione fisica nel calcio: allenamento aerobico e allenamento di forza – applicazioni pratiche”

Ancona, 18 novembre 2013 ore 15.30 – 19.30

Finalità: Il workshop si propone di analizzare e spiegare l'importanza dell'allenamento della forza e di quello aerobico nella preparazione fisica del calciatore, con particolare riferimento alla programmazione sul campo.

L'obiettivo è fare il punto della situazione e chiarezza sullo stato attuale dell'allenamento fisico, così da contribuire al raggiungimento della massima performance nel calcio

Destinatari: Il corso si rivolge ad una pluralità di soggetti che operano nel campo del movimento come: preparatori atletici. Allenatori prime squadre, insegnanti di educazione fisica, fisioterapisti, terapisti, studenti di Scienze Motorie ed allenatori del settore giovanile.

Sede: Il corso si svolgerà ad Ancona c/o la **sede del Comitato Regionale CONI Marche**, strada Prov.le Cameranense – Varano di Ancona.

Relatori:

Prof. Marco Giovannelli, preparatore atletico professionista FIGC, Presidente AIPAC Marche.

Prof. Nazzareno Salvatori, docente Scuola Regionale dello Sport delle Marche, preparatore atletico FC DINAMO Bucaresti

Prof. Mattia Toffolutti, preparatore atletico professionista (Ex cagliari calcio, ex cesena calcio)

Programma:

Moderatore Prof. Nicola Silvaggi (Docente Universitario e tecnico Fidal)

15:30	Accredito dei partecipanti
16:00	Presentazione del convegno prof. Marco Giovannelli
16:30	Metodi e mezzi di allenamento della forza muscolare applicati al gioco del calcio" prof. Nazzareno Salvatori -
17:00	Allenamento aerobico nel calcio: forza o muscolazione?" prof. Mattia Toffolutti -
18:00	Dibattito
19:00	Termine dei lavori e consegna attestati di partecipazione



Le iscrizioni dovranno essere effettuate, **entro il 14 novembre 2013**, on line tramite il sito internet <http://www.marche.coni.it> previa registrazione o tramite email all'indirizzo srdsmarche@coni.it.