

STAI CERCANDO?

- Corsi di aggiornamento
- Convegni e congressi
- Corsi di Alta Formazione
- Seminari per studenti
- Servizio di accreditamento
- Organizzazione eventi ECM

VISITA IL SITO:
www.doceo-ecm.it

2021



ESISTE UN FORMAT DI CORSA OTTIMALE?

Codice Evento: NOECM130321

Data: 13 Marzo 2021

Sede: Piattaforma ZOOM

Docente: FT. Davide Nappo

Responsabile Scientifico: FT. Davide Nappo

Destinatari: Fisioterapisti, laureati in scienze motorie e studenti dei rispettivi corsi di laurea

Costo: 29€

Posti Disponibili: 100

Termine Iscrizioni: 4 Marzo 2021

Materiale Didattico: Possibilità per gli iscritti di rivedere il webinar sulla piattaforma doceo-fad.it

BREVE PREMESSA:

Nella letteratura scientifica il tema degli infortuni legati alla corsa è un argomento emergente dovuto al fatto che il numero di praticanti è in costante aumento e per il fatto che la corsa è alla base di moltissimi sport di movimento. Esistono diverse proposte di valutazione e correzione del gesto della corsa basate su una definita strategia di appoggio del piede, una determinata cadenza e un set di esercizi per alcuni gruppi muscolari definiti fondamentali. Ma davvero esiste una ricetta di questo tipo? Il paradigma minimalista può essere applicato a tutti i tipi di corridori? È l'appoggio che influenza lo schema della corsa o viceversa? Quali sono gli errori più comuni che vediamo nei corridori amatoriali? E in quelli professionisti?

OBIETTIVI:

L'obiettivo di questo webinar è quello di chiarire quali siano le criticità da affrontare quando si analizza lo schema della corsa di un soggetto e di passare in rassegna alcuni dei temi fondamentali discussi in letteratura e diffusi nei comuni approcci di correzione della corsa. verranno discusse la rilevanza di temi quali l'appoggio del piede, la cadenza, la differenza tra espressione di potenza verticale e orizzontale, le differenze più rilevanti tra endurance e velocità, così come le differenze e le problematiche più comuni nei runner amatori e negli agonisti.

PROGRAMMA:

13:45 – 14:00 Registrazione partecipanti

14:00 – 15:30 Variabili fondamentali per l'analisi cinematica della corsa: cadenza, ampiezza, spostamento verticale. Cosa ci dicono e a cosa possono essere utili. Variabili legate all'appoggio: rearfoot, midfoot e forefoot. Appoggiare di retro piede è davvero un problema? Che differenze ci sono tra amatori e agonisti?

15:30 – 15:45 Intervallo

15:45 – 17:00 Le problematiche più comuni legate alle discipline veloci. Le problematiche più comuni legate all'endurance. Il concetto di efficienza. È possibile valutare e correggere la corsa secondo un modello che tenga in considerazione le diverse variabili ma si adatti ad un ragionamento funzionale integrabile con l'allenamento e la riabilitazione?

17:00 – 17:30 Domande ed eventuali. Chiusura dell'evento

MODALITA' DI ISCRIZIONE: Per iscriversi è necessario compilare sul sito l'apposito modulo d'iscrizione relativo all'evento e seguire la procedura indicata per il caricamento della ricevuta di pagamento. Per gli eventi che presentano un numero limitato di posti farà fede per l'iscrizione la data di arrivo della domanda, accompagnata dalla certificazione del versamento della quota di iscrizione e dall'accettazione scritta delle norme generali.

Per completare la procedura di iscrizione è possibile provvedere al pagamento della quota tramite bonifico bancario.

Bonifico bancario intestato a:

DOCEO S.R.L. – Via Liutprando 3/F – Pavia 27100

IBAN IT50E 08386 17987 00000 0401212

CAUSALE: cognome e nome, quota iscrizione codice evento

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:

DOCEO S.R.L.

Via Liutprando 3\F – Pavia 27100

P.IVA E C.F. 02612840187 REA PV-287787

E-mail: info@doceo-ecm.it - Pec: doceosrl@pec.it

Sito web: www.doceo-ecm.it

Tel. 377 30 73 809