



DIAGNOSI E TRATTAMENTO DEGLI INFORTUNI DEL PODISTA

9 novembre 1° giorno

INTRODUZIONE : Descrizione e obiettivi del corso.

GLI INFORTUNI DEL RUNNER: Incidenza e fattori di rischio.

BIOMECCANICA DELLA TECNICA DI CORSA: Basi Biomeccaniche.

pausa ed esercitazione di gruppo

PSICOLOGIA DEL RUNNER: Cosa pensa e cosa vuole sentirsi dire.

ANALISI BIOMECCANICA TECNICA DELLA CORSA Strumentazione, basi teoriche

pausa pranzo

VALUTAZIONE DEL RUNNER Anamnesi, Segni e Sintomi, Test speciali

SCARPE DA RUNNING E SUPERFICIE DI ALLENAMENTO

pausa caffè'

Esercitazione di gruppo

GLI INFORTUNI DEL RUNNER Classificazione, Gestione e Trattamento - EBP

DOMANDE

Chiusura del primo giorno.

i dioscuri • Associazione Interprofessionale e Tecnico Scientifica di Fisioterapia Umana e Animale

Sede organizzativa: via delle arti, 6 - 53100 Siena • tel. +39.3713046838

• e-mail: info@idioscuri.com - <http://www.idioscuri.com>

sede legale : Via Filande, 20/a • 25125 Brescia p.iva 03544090172 - c.fisc. 98088670173

Provider Nazionale Accreditato Standard n. 385



DIAGNOSI E TRATTAMENTO DEGLI INFORTUNI DEL PODISTA

10 novembre 2° giorno

DOMANDE Risveglio muscolare.

GAIT RETRAINIG Strategie e interventi di correzione della tecnica di corsa.

PARTE PRATICA

Analisi della tecnica di corsa e gait retraining.

PAUSA

Esercitazione di gruppo.

ESERCIZIO E SCELTA DELLE SCARPE

FALSE CREDENZE Patologie degenerative e corsa.

CONDISERAZIONI SUGLI ATLETI ELITE Raccolta di esperienze sul campo

DOMANDE Chiusura dei lavori

i dioscuri • Associazione Interprofessionale e Tecnico Scientifica di Fisioterapia Umana e Animale

Sede organizzativa: via delle arti, 6 - 53100 Siena • tel. +39.3713046838

• e-mail: info@idioscuri.com - <http://www.idioscuri.com>

sede legale : Via Filande, 20/a • 25125 Brescia p.iva 03544090172 - c.fisc. 98088670173

Provider Nazionale Accreditato Standard n. 385