A.I.FI. COURSE
powered by GIS Sport

PATHWAY TO ITASPT

New Master

CONDIZIONAMENTO FISICO ED ALLENAMENTO DELLA FORZA IN FISIOTERAPIA

PADOVA

Piazzale azzurri d'Italia, Stadio Colbachini

4 e 5 OTTOBRE 2025

DOTT.SSA LISA COSI

Dott.ssa in Fisioterapia
Dott.ssa Magistrale Scienze delle Attività Motorie Preventive e Adattate

RISPT

Da più di 10 anni nello sport d'elite di diverse discipline

Info ed iscrizione: *gissport@aifi.net*

A.I.FI. COURSE
powered by GIS Sport

PATHWAY TO ITASPT

OBIETTIVO

La fisioterapia è movimento: conoscere la fisiologia del condizionamento della forza è essenziale per programmare esercizio terapeutico efficace. Questo evento formativo fornisce strumenti teorici e pratici per adattare l’intervento riabilitativo alle diverse fasi del recupero, dall’acuto al ritorno allo sport. Il discente imparerà ad analizzare i bisogni del paziente e strutturare piani individualizzati, integrando teoria e pratica in scenari clinici reali.

A.I.FI. COURSE
powered by GIS Sport

PATHWAY TO ITASPT

PROGRAMMA GIORNO 1 - 04.10.2025

ORARIO	ARGOMENTO	DOCENTE
9:00 - 11:00	Analisi dei bisogni e contestualizzazione dell'allenamento nella pratica riabilitativa, concetti di fisiologia e biomeccanica	Lisa Cosi
11:00 - 12:00	Capacità condizionali e Coordinative	Lisa Cosi
13:00 - 16:00	Parte pratica mobilità e stabilità	Lisa Cosi
16:00 - 18:00	Allenamento della forza, programmazione eperiodizzazione	Lisa Cosi

A.I.FI. COURSE
powered by GIS Sport

PATHWAY TO ITASPT

PROGRAMMA GIORNO 2 - 05.10.2025

ORARIO	ARGOMENTO	DOCENTE
9:00 - 10:30	Ragionamento alla base della somministrazionedel carico nella riabilitazione, riatletizzazione eincremento della performance	Lisa Cosi
10.30 - 11:30	Accenni all'allenamento di velocità e agilità	Lisa Cosi
11:00 - 12:00	Scenari clinici (esempio recupero post infortunio, allenamento e dolore)	Lisa Cosi
13:00 - 15:30	Esercitazioni di Strength&Conditioning(a corpo libero, con sovraccarichi, tecniche disollevamento olimpico e con pesi liberi o altrestrumentazioni)	Lisa Cosi
15:30 - 16:30	Differenze legate a popolazioni speciali	Lisa Cosi
16:30 - 18:00	Valutare e testare i parametri	Lisa Cosi

A.I.FI. COURSE
powered by GIS Sport

PATHWAY TO ITASPT

COSTI

Soci Gis Sport e Studenti (anche Master, se Soci)	Soci A.I.FI.	Altri
305	365	420

Quote comprensive di IVA
*QUOTA STUDENTI: riservata a studenti dei Corsi di Laurea Triennale e Master