

**20.11.2010**

AUDITORIUM ALDO MORO, CORDENONS (Pn)

XI SIMPOSIO MULTIDISCIPLINARE

INTERNATIONAL CONGRESS OF TRIATHLON

## **Allenamento: Carico Funzionale e Sovraccarico Patologico**

=====

### **con il patrocinio di**

Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia

Provincia di Pordenone

Comune di Cordenons

Federazione Italiana Triathlon

Scuola Regionale dello Sport Friuli Venezia Giulia

=====

Promosso e Riconosciuto da

CONI – Comitato Provinciale di Pordenone

Con il supporto

Assessorato regionale alla cultura, sport, relazioni internazionali e comunitarie

=====

Convegno Riconosciuto per Aggiornamento Tecnici F.I.Tri

=====

### **Direzione e organizzazione**

**A.S.D. TRIATHLONTEAM**

### **Comitato Scientifico**

Prof. Pietro Enrico di Prampero

Pro. Bruno Grassi

Dipartimento di Scienze e Tecnologie biomediche

Sezione di Fisiologia Umana

Università di Udine

### **Segreteria Scientifico**

Dott.ssa Francesca Della Bianca

### **Segreteria Organizzativa**

**A.S.D. TRIATHLONTEAM**

TEL 0434.541844

FAX 0434.538093

[pn@triathlonteam.it](mailto:pn@triathlonteam.it)

MARTEDÌ DALLE ORE 18.30 ALLE ORE 20.00

## **Iscrizione**

**Iscrizione on-line da inviare a**

A.S.D. TRIATHLON TEAM

[\*\*pn@triathlonteam.it\*\*](mailto:pn@triathlonteam.it)

**ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE GRATUITO PER I PRIMI 100 ISCRITTI**

**WWW.TRIATHLONTEAM.IT**

[\*\*PN@TRIATHLONTEAM.IT\*\*](mailto:PN@TRIATHLONTEAM.IT)

=====

## **Programma**

09.15 - 9.45 Accrediti e consegna materiale congressuale

09.45-10.00 Intervento delle Autorità

10.00 -10.30 Paolo Tedeschi:

**L'Atleta: punto focale dell'Allenamento**

10.30-11.00 Dott. Prof. P.E. di Prampero:

**Cinquant'anni di ricerca sull'energetica e biomeccanica di nuoto, corsa, e ciclismo: appunti autobiografici.**

11.00-11.30 Dott. Dario Gattinoni:

**Come l'Allenamento Mentale aiuta a gestire l'eccesso di Stress e ad ottenere risultati**

11.30-12.00 Dott. Mauro Cardinale:

**Sovraccarico arto superiore e arto inferiore: l'approccio chirurgico nell'Atleta**

12.00-12.30 Andrea Accorsi:

**Parole di Corsa**

12.30-12.45 Discussione generale