

SPORT CERTIFICATE IN MANAGING THE ATHLETE - 4° EDIZIONE TICINO (CH)

MODULO	LEZIONE	DOCENTE	DATA
MOD 1	Principi di Strength and Conditioning	Turner Anthony	21-24 novembre 2024
MOD 2	Strength and Conditioning applicato alla riabilitazione sportiva	Maestroni Luca	23-26 gennaio 2025
MOD 3	Approccio ai disturbi neuromuscoloscheletrici di piede e caviglia Analisi del gesto atletico e miglioramento della performance	Mantovani Lisa Benvenuti Andrea	13-14 marzo 2025 15-16 marzo 2025
MOD 4	Assessment e traumatologia del ginocchio Riabilitazione del ginocchio con focus sul legamento crociato anteriore Lesioni muscolari con focus sugli hamstring	Dr. Med. Tscholl Philippe Chisari Stefano e Grosjean Stefano Camarca Simone	8 maggio 2025 9-10 maggio 2025 11 maggio 2025
MOD 5	Groin pain Problematiche della colonna lombare e cervico-dorsale	Cattaneo Marco Rolf Walter	12-13 giugno 2025 14-15 giugno 2025
MOD 6	Bendaggio funzionale sportivo Strategie di recupero e riduzione del rischio di infortunio Casi clinici e certificazione finale	Albasini Alfio Camarca Simone e Chisari Stefano Camarca Simone e Chisari Stefano	4-5 settembre 2025 6 settembre 2025 7 settembre 2025
FAD Live	Ruolo del fisioterapista dello sport e certificazione in Svizzera Ruolo del fisioterapista dello sport e certificazione in Italia Pertinenza della psicologia nella riabilitazione dell'atleta	Bizzini Mario Rosa Miriam Morinini Giona	2024-2025
FAD Streaming	Ruolo del medico dello sport Valutazione medica e gestione dell'atleta in età evolutiva Concussion in sports Nutrizione nello sport Panoramica sul doping	Dr. Med. Jenoure Peter Dr. Med. Siragusa Patrick Bizzini Mario Baroncini Giulia Swiss Sport Integrity	2024-2025
MOD OPZ	Gestione delle emergenze mediche nello sport - Livello avanzato	Healy Mike e Geoff Wareing	27-29 settembre 2024

COMPETENZE E STANDARD DELLA FEDERAZIONE INTERNAZIONALE DELLA FISIOTERAPIA SPORTIVA (IFSPT):

- 1) Prevenzione degli infortuni
- 2) Intervento in acuto
- 3) Riabilitazione
- 4) Miglioramento della performance
- 5) Promozione di uno stile di vita sano e attivo
- 6) Formazione professionale continua
- 7) Professionalità e management
- 8) Coinvolgimento nella ricerca
- 9) Diffusione della best practice
- 10) Miglioramento della pratica clinica per mezzo dell'innovazione
- 11) Promozione del fair play e dell'antidoping



PRICIPI DI STRENGTH AND CONDITIONING – Anthony Turner

STRENGTH AND POWER TRAINING

RATE OF FORCE DEVELOPMENT (RFD)

LOWER LIMB ASYMMETRY TESTING

PROGRAMMING TO CORRECT ASYMMETRY

PLYOMETRIC TRAINING

PERIODISATION FOR STRENGTH AND POWER

AGILITY TRAINING

INTERNAL AND EXTERNAL ATTENTIONAL FOCUS

CHANGE OF DIRECTION SPEED (CoDS)

PLYOMETRICS AND STRETCH SHORTENING CYCLE

ASSESSING STRETCH SHORTENING CYCLE ABILITY

MOVEMENT SCREEN

AEROBIC CAPACITY

VO₂MAX

LACTATE TRESHOLD

TRADITIONAL TRAINING SYSTEMS

MODERATE INTENSITY CONTINUOUS TRAINING (MICT)

HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING (HIIT)

SPRINT INTERVAL TRAINING (SIT)

REPEAT SPRINT ABILITY (RSA)

STRENGTH AND CONDITIONING APPLICATO ALLA RIABILITAZIONE SPORTIVA – Luca Maestroni

STRENGTH DEFICITS FOLLOWING INJURY

ASSESSING CAPACITIES

MAXIMAL STRENGTH TRAINING TO TARGET DEFICITS

TRAINING TO TARGET RATE OF FORCE DEVELOPMENT DEFICITS

TRAINING TO TARGET REACTIVE STRENGTH DEFICITS

TESTING FOR RETURN TO PLAY

THE SHOULDER - BACK TO FULL PERFORMANCE

STIFF AND PAINFULL SHOULDER MANAGEMENT

WEAK AND PAINFULL SHOULDER MANAGEMENT

UNSTABLE AND PAINFULL SHOULDER MANAGEMENT

DISABLED THROWING SHOULDER MANAGEMENT

ANALISI DEL GESTO ATLETICO E MIGLIORAMENTO DELLA PERFORMANCE – Andrea Benvenuti

FONDAMENTI DEL MOVIMENTO UMANO

RUNNING RELATED INJURIES

ANALISI DEL GESTO ATLETICO

ALLENAMENTO ISOMETRICO

ALLENAMENTO SUPER LENTO

ALLENAMENTO SPORT SPECIFICO

PERIODIZZAZIONE DELL'ALLENAMENTO

PROBLEMATICHE DI PIEDE E CAVIGLIA – Lisa Mantovani

TRAUMATOLOGIA E FONTI NOCICETTIVE

PATTERN DI CARICO

ANALISI DEL CAMMINO E DELLA CORSA

ESERCIZIO TERAPEUTICO

LOAD TOLERABILITY

ASSESSMENT DEL GINOCCHIO – Philippe Tscholl

TRAUMATOLOGIA E MECCANISMI DI LESIONE

ANATOMIA E BIOMECCANICA

ASSESSMENT CLINICO

TEST CLINICI

TRATTAMENTO CONSERVATIVO E CHIRURGICO

LESIONE DEL LEGAMENTO CROCIATO ANTERIORE – Stefano Chisari e Stefano Grosjean

ALTERAZIONI DELLA BIOMECCANICA POST LESIONE DEL CROCIATO

NEUROCOGNIZIONE E FUNZIONI ESECUTIVE

STRATEGIE DI APPRENDIMENTO MOTORIO PER LA NEUROPLASTICITÀ

FOCUS INTERNO E FOCUS ESTERNO

PROGRESSIONI DI ESERCIZIO PER IL RETURN TO SPORT

CRITERI PER IL RETURN TO RUN

CRITERI PER IL RETURN TO SPORT

LESIONE MUSCOLARE DEGLI HAMSTRING – Simone Camarca

CLASSIFICAZIONE DELLE LESIONI MUSCOLARI

MECCANISMI DI LESIONE

HIGH-SPEED RUNNING TYPE AND STRETCHING TYPE

HAMSTRING REHAB PROGRESSIONS

ECCENTRIC HAMSTRING EXERCISES FOR PERFORMANCE

RETURN TO SPORT TESTING

GROIN PAIN – Marco Cattaneo

GROIN INJURIES

HIP RELATED GROIN PAIN - VALUTAZIONE E TRATTAMENTO

ADDUCTOR RELATED GROIN PAIN - VALUTAZIONE E TRATTAMENTO

ILEO-PSOAS RELATED GROIN PAIN - VALUTAZIONE E TRATTAMENTO

INGUINAL RELATED GROIN PAIN - VALUTAZIONE E TRATTAMENTO

PUBIC RELATED GROIN PAIN - VALUTAZIONE E TRATTAMENTO

LUMBAR SPINE AND SACROILIAC JOINT RELATED GROIN PAIN

PROBLEMATICHE DELLA COLONNA LOMBARE E CERVICO-DORSALE – Rolf Walter

EPIDEMIOLOGIA

FATTORI DI RISCHIO E FATTORI CONTRIBUENTI

ESAME OBIETTIVO

MANAGEMENT CON PROGRESSIONE DI ESERCIZI

CONCUSSION IN SPORTS

BENDAGGIO FUNZIONALE SPORTIVO – Alfio Albasini

ARTO INFERIORE E ARTO SUPERIORE

RIDUZIONE DEL RISCHIO DI INFORTUNIO – Stefano Chisari e Simone Camarca

EPIDEMIOLOGIA DEGLI INFORTUNI DELL'ARTO INFERIORE

STRATEGIE DI PREVENZIONE

PROGRAMMI DI PREVENZIONE

STRATEGIE DI RECUPERO – Stefano Chisari e Simone Camarca

MONITORING TRAINING LOAD

HOW TO BALANCE LOAD AND RECOVERY

RECOVERY STRATEGIES

FAD. RUOLO DEL MEDICO DELLO SPORT – Peter Jenoure

FAD. RUOLO DEL FISIOTERAPISTA DELLO SPORT – Miriam Rosa e Mario Bizzini

FAD. GESTIONE DELL'ATLETA IN ETÀ EVOLUTIVA – Patrick Siragusa

FAD. NUTRIZIONE DA INTEGRARE NELLA GESTIONE DELL'ATLETA – Giulia Baroncini

FAD. PSICOLOGIA PER COMPLETARE IL PROCESSO RIABILITATIVO – Giona Morinini

FAD. PANORAMICA SUL DOPING PER INDIRIZZARE L'ATLETA - Swiss Sport Integrity

GESTIONE DELLE EMERGENZE MEDICHE NELLO SPORT - Healy Mike e Geoff Wareing

LABORATORI. LAVORO SU CASI CLINICI IN AMBITO SPORTIVO

CERTIFICAZIONE FINALE