



The Sporting Foot Complex

- From Rehab to Sport Performance

Il piede rappresenta il **primo punto di contatto con il suolo** e svolge un ruolo fondamentale nella biomeccanica del movimento umano. Ogni volta che corriamo, saltiamo, cambiamo direzione o acceleriamo, questa straordinaria struttura entra in azione per garantire **stabilità ed efficienza**.

Il suo compito non si limita a sostenere il peso del corpo, ma si estende a tre funzioni essenziali: **assorbire le forze d'impatto** per proteggere le articolazioni superiori, **trasmettere la forza generata** dal corpo per rendere il movimento più efficiente e **ottimizzare la propulsione** degli arti inferiori, migliorando così le performance atletiche.

Per i fisioterapisti e professionisti dello sport, la **vera sfida è saper valutare e rafforzare efficacemente questa muscolatura**. Questo aspetto si rivela cruciale non solo nei percorsi di riabilitazione, ma anche per permettere agli atleti di esprimere al meglio il proprio potenziale fisico.

PROGRAMMA DETTAGLIATO

Giorno 1

09:00 – 09:30 - Introduzione al corso

09:30 – 10:30 - Ruolo biomeccanico del piede e dei suoi muscoli

10:30 – 10:45 - Break

10:45 – 12:00 - Principali infortuni sportivi del complesso piede-caviglia: distorsione laterale della caviglia, dolore plantare, lesioni da stress osseo, metatarsalgie, ecc.

12:00 – 13:00 - Valutazione clinica del “absorbing foot” e “propulsive foot”. Principi delle strategie di rafforzamento del piede: stiamo procedendo nella giusta direzione?

13:00 – 14:00 - Pranzo

14:00 – 15:00 - Valutazione della forza muscolare del piede: mesopiede, 1°/2°/3°/4° raggio

15:00 – 16:00 - Valutazione della forza muscolare del piede: mesopiede, 1°/2°/3°/4° raggio

16:00 – 16:30 - Strategie di rafforzamento del piede 1.0: quali sono i limiti dell'«approccio leggero»?

16:30 – 18:00 - Strategie di rafforzamento del piede 1.5: rafforzamento del piede mediante NMES

Giorno 2

09:00 – 10:00 - Strategie di rafforzamento del piede 2.0: presentazione di un «approccio più forte»

10:00 – 11:30 - Strategie di rafforzamento del piede 2.0: rafforzamento dell'avampiede, del mesopiede e del 1° raggio

11:30 – 11:45 - Break

11:45 – 12:15 - Costruire un protocollo di rafforzamento del piede: principi e periodizzazione

12:15 – 13:00 - Legame biomeccanico tra forza del piede e forza della caviglia

13:00 – 14:00 - Pranzo

14:00 – 15:00 - Valutare e migliorare le capacità pliometriche piede-caviglia

15:00 – 17:00 - Creazione di un protocollo di rafforzamento del piede e integrazione nella formazione ad alte prestazioni

17:00 – 18:00 - Integrare il rinforzo del piede nell'allenamento delle prestazioni di alto livello.

Struttura del corso

Che si tratti di correre, saltare, accelerare o cambiare direzione, il **pie**de svolge un **ruolo cruciale** nell'assorbire le forze di impatto e nel trasmettere le forze prodotte dalle articolazioni prossimali.

La formazione si sviluppa su **2 giornate in presenza**.

A supporto della formazione, il partecipante avrà accesso a **materiale di studio online** selezionato e fornito dal docente.

Si consiglia di indossare un **abbigliamento comodo** per garantire libertà di movimento durante le esercitazioni pratiche.

A chi è aperto il corso

La formazione è aperta alle seguenti **figure professionali**:

- Fisioterapisti
- Studenti del 3 anno del CdL
- Medici del settore riabilitativo
- Scienze Motorie

Accreditamento ECM

Il partecipante potrà ottenere l'attestato ECM con i relativi crediti formativi **solo se avrà frequentato almeno il 90%** delle ore di formazione.

Per qualsiasi informazione riguardante i crediti ECM, i partecipanti sono invitati a rivolgersi esclusivamente a New Master.

Costi e Promozioni

Il costo della formazione è pari a **442,00€**.

Il partecipante potrà acquistare il corso con una comoda rateizzazione suddivisa in **Acconto + Saldo**.

L' **Acconto** dovrà essere versato al momento dell'iscrizione, mentre il **Saldo** dovrà essere saldato **entro 7 giorni dalla data di inizio del corso**.

Gli **studenti ed i neolaureati** hanno uno sconto riservato su tutti i corsi presenti nel nostro calendario.

Su questo percorso puoi trovare anche promozioni **early-bird** e promozioni dedicate ai **nostri partner**.

Politica di Rimborso

L'iscrizione al corso è non rimborsabile, salvo in caso di annullamento del corso stesso.

Il partecipante regolarmente iscritto che intende ritirarsi dal corso **potrà farlo entro 30 giorni dalla data di inizio**, inviando una comunicazione scritta via e-mail a **infosito@newmaster.it**.

In questo caso, verranno trattenuti 25€ per coprire i costi di segreteria e le spese bancarie, mentre il resto della quota verrà rimborsato.

In assenza di tale comunicazione entro il termine indicato, il partecipante sarà tenuto a corrispondere l'intero importo della quota di partecipazione.