



Principles of - Strength & Conditioning

L'**allenamento della forza** è uno degli strumenti più efficaci nella riabilitazione, eppure viene ancora sottovalutato nella pratica fisioterapica. Ogni fisioterapista dovrebbe conoscerne le basi e **saperlo applicare con metodo e precisione**.

Non è utile solo agli atleti. La **forza è alla base di ogni movimento** e ha un ruolo cruciale in qualsiasi percorso riabilitativo. Un paziente che desidera tornare a camminare senza dolore, così come uno sportivo che vuole massimizzare la propria performance, ha bisogno di un adeguato livello di forza **per ottenere un recupero ottimale**.

Integrare l'allenamento della forza nella pratica fisioterapica non è più un'opzione, **ma una necessità, per garantire un recupero completo e duraturo**.

Questo corso non si limiterà a fornire nozioni teoriche, ma ti **guiderà nell'applicazione pratica di ogni strategia**, con esercitazioni concrete e protocolli basati sulle evidenze

PROGRAMMA DETTAGLIATO

1° Giorno

09:00 - 10:30 | Introduzione

10:30 - 10:45 | Pausa Caffè

10:45 - 13:00 | L'importanza della forza massima

- Caratteristiche maladattive nella produzione di forza

13:00 - 14:00 | Pausa Pranzo

14:00 - 16:00 | L'importanza della forza massima

- Prescrivere maximal strength training per modificare i deficit

16:00 - 16:15 | Pausa Caffè

16:15 - 18:00 | L'importanza della Rate of Force Development (RFD)

- Caratteristiche maladattive in RFD
- Prescrizione di training per modificare i deficit in RFD

2° Giorno

09:00 - 10:30 | L'importanza della forza reattiva

- Caratteristiche maladattive in forza reattiva
- Prescrizione di training per modificare i deficit in forza reattiva

10:30 - 10:45 | Pausa Caffè

10:45 - 13:00 | L'importanza della forza reattiva

- Caratteristiche maladattive in forza reattiva
- Prescrizione di training per modificare i deficit in forza reattiva

13:00 - 14:00 | Pausa Pranzo

14:00 - 16:00 | La necessità di testare multiple capacità fisiche

16:00 - 16:15 | Pausa Caffè

16:15 - 17:15 | Programmazione riabilitazione

17:15 - 18:00 | Casi clinici

Struttura del corso

Integrare l'**allenamento della forza** nella pratica fisioterapica non è più un'opzione, ma una necessità, per **garantire un recupero completo e duraturo**.

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
- Laureati in 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 **402,00€**.

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.