

RIATLETIZZAZIONE POST-INFORTUNIO DELL'ATLETA

PRESTAZIONE AL MASSIMO, RECIDIVE AL MINIMO

ORARI: 9.30-18.30

DURATA EFFETTIVA DELLE LEZIONI: 7h30m

Presentazione

Il ritorno all'attività sportiva a seguito di un infortunio è sempre un momento delicato, le complicità di ordine fisiologico e psicologico sono sempre fattori limitanti sulle capacità atletiche di tutti gli sportivi. La capacità di organizzare un approccio personalizzato e di riuscire a collegare sapientemente il passaggio da un lavoro di tipo rieducativo ad una preparazione atletica vera e propria è la strategia adatta a ridurre i tempi di recupero e ad evitare le recidive; il ritorno all'attività sportiva è spesso considerato come un processo casuale dove proporre un allenamento in forma ridotta che non riesce però a soddisfare le esigenze fisiche dell'atleta. Il corso ELAV propone un'analisi dettagliata delle esigenze e delle caratteristiche che deve avere un protocollo di lavoro per riacquistare la massima capacità di prestazione dopo un infortunio minimizzando nel contempo i rischi di recidive.

Aspettative culturali e professionali

Verranno acquisite informazioni e competenze sui protocolli e le modalità di recupero della massima performance dell'atleta a seguito di infortunio. Tecniche innovative, proposte inedite, un concentrato di soluzioni all'avanguardia atte a colmare l'enorme vuoto metodologico attualmente esistente tra il termine della fase acuta e la ripresa dell'attività agonistica.

Programma

TEORIA: importanza della riatletizzazione nello sport (evidenze scientifiche ed analisi statistiche), il lavoro di equipe rivolto alla tutela dell'atleta, le aree anatomiche critiche (caviglia, ginocchio, rachide, spalla), le lesioni muscolari, gli esercizi di "trilling" le esercitazioni specifiche e speciali, modellizzazione dell'allenamento di riavvio alla pratica sportiva e concatenazione nella strategia di allenamento generale. **PRATICA:** riavvio su campo, esempi sport specifici; differenziazione delle esercitazioni a seconda dell'infortunio di provenienza, esercitazioni rivolte all'incremento delle capacità propriocettive e al controllo del gesto tecnico.

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE PICCOLE VARIAZIONI.

Docenti

[Docenti ELAV.](#)

Rivolto a

Studenti o laureati in scienze motorie e per gli allenatori ed istruttori dei settori del fitness e dello sport. Gli argomenti verranno trattati solo ad un livello specialistico e per questo motivo, consigliamo a tutti gli interessati di disporre di un sufficiente bagaglio culturale di base al fine di evitare incomprensioni nelle tematiche trattate.

Cosa rilascia

Attestato di partecipazione, crediti formativi per i percorsi professionali ELAV.

Valido per i masters specialistici ELAV

Fitness Specialist	no
Anti Aging Specialist	no
Athletic Trainer Specialist	no
Sport and Fitness Nutrition Specialist	no
Sport and Fitness Rehabilitation Specialist	si
Sport and Fitness Postural Specialist	no

Quota di partecipazione (IVA inclusa)

Entro 10 giorni dalla data del corso	Entro le ore 13.00 del giorno precedente	In sede corso
139,00€	159,00€	199,00€

ACQUISTA PIÙ CORSI E RISPARMIA

La quota comprende

Kit congressuale, attestato di partecipazione, accesso riservato on-line al materiale didattico consultabile elettronicamente.

[ISCRIVITI ORA](#)

[VAI ALLA PAGINA DEL CALENDARIO CORSI](#)

[VAI ALLA PAGINA DEL CATALOGO CORSI](#)

[VAI ALLA PAGINA DEI MASTERS PER LA CERTIFICAZIONE SPECIALIST](#)