

# VALUTAZIONE FUNZIONALE PER LO SPORT

## MODULO 2

MISURARE LE CAPACITA' METABOLICHE DEL CORPO UMANO

**ORARI:** 9.30-18.30

**DURATA EFFETTIVA DELLE LEZIONI:** 7h30m

### Presentazione

Misurare le capacità motorie del corpo umano è una pratica che differenzia il lavoro di un professionista da chi non lo è. È un modo scientifico e rigoroso per valutare il corretto programma di training e per verificare se fornisce i risultati attesi. Se non si misurano gli effetti del lavoro effettuato ci si trova nell'empirismo puro. La moderna tecnologia ci da una grossa mano in tal senso e conoscere i migliori tests e come interpretarli è un'arma straordinaria in mano del professionista dello sport. Il corso che propone il gruppo ELAV è interamente dedicata allo sport agonistico ed è corredato da una'ampia parte pratica. Tematiche trattate ad alto livello, anche inedite, e un ampio programma a sottolineare una straordinaria giornata di studio.

### Aspettative culturali e professionali

Il corso sulla valutazione funzionale dello sport fornisce informazioni molto avanzate ma facilmente spendibili nel lavoro quotidiano. Ogni area di valutazione viene trattata prima sotto il punto vista fisiologico, poi sotto quello pratico operativo e infine sulle modalità di interpretazione dei dati misurati. Alcuni tests sono originali e frutto del lavoro del nostro gruppo di ricerca e sperimentazione.

### Programma

#### TEORIA e PRATICA

9.30	IL COSTO ENERGETICO E LA VAM NELL'ATTIVITA' SPORTIVA .
10:15	VALUTAZIONE DIRETTA DELLA POTENZA AEROBICA
11,30	PAUSA
11:45	RICERCHIAMO SOLO IL VO <sub>2</sub> MAX O LA PRESTAZIONE? VALUTAZIONI INDIRETTE E I TEST SUBMASSIMALI SPECIFICI
13:00	VALUTAZIONE DEL t <sub>lim</sub> ALLA POTENZA AEROBICA
13:30	PRANZO
15:00	NUOVA VALUTAZIONE DELLA MLSS <i>Metodo Delta</i>
16:45	PAUSA
17:00	VALUTAZIONE DELLA RSA, NUOVE INTERPRETAZIONI
17:45	LE CURVE DI RECUPERO CARDIACO E LA CINETICA DEL LATTATO POST ESERCIZIO
18:30	CHIUSURA LAVORI

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	si
Sport and Fitness Nutrition Specialist	no
Sport and Fitness Rehabilitation Specialist	no
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](#)