

CONVEGNO SCIENTIFICO
"LE NUOVE FRONTIERE DELLA FORZA NELLA PREPARAZIONE FISICA"
"La Forza per tutti gli Sport"

Presso il Salone "Torre del tempo e dell'Arte" dell'Idroscalo di Milano si è tenuto il Convegno Scientifico "Le Nuove Frontiere della Forza nella Preparazione Fisica", dedicato ai Tecnici di tutte le discipline Sportive e Personal Trainer. Il Convegno, organizzato dalla Federazione Italiana Pesistica (FIPPE) e il CR FIPPE Lombardia in collaborazione con la Scuola regionale dello Sport CONI Lombardia, la Regione Lombardia e la Provincia di Milano, è nato per promuovere e stimolare dibattiti e riflessioni sullo stato attuale e i futuri obiettivi della preparazione fisica per tutte le discipline sportive attraverso "l'uso della forza".

Le autorità hanno accolto e salutato gli ottanta partecipanti da tutta la Lombardia, Antonio Urso (Presidente Nazionale FIPPE), Sabrina Greco (Presidente FIPPE Lombardia), Pier Luigi Marzorati (Presidente CR CONI Lombardia) e Marco Riva (responsabile della Formazione della Scuola regionale dello Sport) hanno introdotto il tema della giornata, questo è stato analizzato in seguito, nei diversi aspetti, dai docenti competenti.

Il primo intervento è stato condotto da Luca Marin (Docente FIPPE), che ha affrontato la tematica della disabilità in ambito sportivo illustrando la formulazione di protocolli di lavoro per questa particolare classe di atleti. A seguire, Antonio Urso, ha potuto fornire un importante intervento riguardante l'utilizzo degli esercizi della pesistica Olimpica, all'interno di programmi di allenamento adattabili a tutte le discipline sportive, come metodo per incrementare la forza; il tema della forza è stato ripreso anche da Menotti Calvani (Medico specializzato in Neurologia), il docente ha esplorato peculiarità e metodologie di allenamento per individui adulti ed anziani. Dopo la pausa pranzo, Claudio Gazzaniga (Docente CONI) ha analizzato la dimensione della forza nell'infanzia, partendo dalla prevenzione fino ad arrivare alle metodologie di allenamento; in seguito, Pietro Luigi Invernizzi (Docente CONI), partendo dal discorso introdotto dal collega, ha proseguito la trattazione dello sviluppo della forza occupandosi della sua dimensione nell'adolescenza.

Alla fine di ogni presentazione è stato lasciato uno spazio apposito per il dibattito dei temi trattati, dal quale è emerso un grande interesse da parte dei partecipanti, che grazie ad interventi rilevanti hanno permesso di ampliare le conoscenze esposte grazie ad esempi pratici ed alla competenza dei relatori; tutto ciò ha reso possibile creare un bagaglio culturale che influisca nella pratica di ogni allenatore.



DA SINISTRA: CONS.NAZ.FIPE GIOVANNI PODDA E PRES.NAZ.FIPE ANTONIO URSO