

Con la collaborazione di:

**ENERGIA
PURA**



3valli Moena - Lusia
DOLOMITI Passo S. Pellegrino
Falcade

FASSA COOP

Famiglia Cooperativa Val di Fassa sc
Strada de Sen Jan, 10 - 38036 Pozza di Fassa (TN)
Tel. 0462-761211 Fax. 0462-764858
www.fassacoop.it info@fassacoop.it



**VAL DI FIEMME
OBereggen**
OLTRE 100 KM DI PISTE

Con il patrocinio di:



Comune di Predazzo



COMITATO ITALIANO
PARALIMPICO
ITALIAN PARALYMPIC
COMMITTEE



COMITATO
PROVINCIALE
TRENTO



PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO

FISIP
FEDERAZIONE ITALIANA
SPORT INVERNALI PARALIMPICI

Segreteria scientifica:

CeRiSM
Piazza Manifattura, 1
38068 Rovereto (TN)
Tel. 0464.483511
e-mail: cerism@ateneo.univr.it

Segreteria organizzativa:

Gruppo Sciatori Fiamme Gialle
Via Alle Coste, 14
38037 Predazzo (TN)
Tel. 0462.501483
e-mail: grupposciatori@fiammegialle.org

Gruppo Sciatori Fiamme Gialle



**Giovani, Sport
e Montagna**
14° Convegno Nazionale di Formazione



**Sabato 20 aprile 2024
ore 08:00**

Scuola Alpina della Guardia di Finanza
Predazzo (TN)

L'iscrizione al convegno è gratuita previa
registrazione, entro mercoledì 17 aprile, sul sito
convegnofiammegialle.altervista.org

Relatori e moderatori:

Matteo Artina

Responsabile Area Performance Nazionale di Snowboard, Professore a contratto Università Cattolica di Milano

Matteo Betta

Allenatore squadra nazionale Junior - Fondo - FISJ

Valentina Biino

Ricercatrice in scienze dello sport, Università di Verona

Marco Bonifazi

Professore associato di Fisiologia, Università degli Studi di Siena - coordinatore tecnico delle squadre Nazionali della Federazione Italiana Nuoto

Lorenzo Bortolan

Docente di Scienze Motorie, CeRISM, Università di Verona

Andrea Bosio

Head of Research Sport Service Mapei S.r.l.

Roberto Campaci

Responsabile Scuola Tecnici Federali discipline nordiche e sci alpinismo FISJ

Rossana Ciuffetti

Direttore Direzione Sport Impact - Sport e Salute

Virginia De Martin Topranin

Ricercatrice, Department of Circulation and Medical Imaging, Norwegian University of Science and Technology

Alexander Inderst

Responsabile Coach World-Cup - Biathlon - FISJ

Mattia Michelusi

Tecnico Nazionale del Team Performance della Federazione Ciclistica Italiana, Performance Coach della squadra ciclistica professionistica Q36.5 Pro Cycling Team

Roberto Modena

Ricercatore in scienze dello sport, CeRISM, Università di Verona

Francesco Negro

Professore ordinario di Scienze Motorie, Università degli studi di Brescia

Barbara Pellegrini

Professore associato di Scienze Motorie, CeRISM, Università di Verona

Ivo Pertile

Tecnico - Combinata Nordica e salto - FISJ

Loenzo Pugliese

Ricercatore in scienze dello sport, Dipartimento di Scienze Cliniche Applicate e Biotecnologiche, Università degli Studi dell'Aquila, Direttore Tecnico Federazione Italiana Badminton

Mirco Romanin

Coach World Cup femminile - Biathlon - FISJ

Federico Schena

Direttore CERISM, Università di Verona

Cantor Tarperi

Professore associato di Scienze Motorie, Università di Verona

Chiara Zoppirolli

Ricercatrice in scienze dello sport, CeRISM, Università di Verona

Precedenti edizioni:

Anno 2009

I giovani e lo sport della montagna

Anno 2010

Valorizzare il talento nello sport di oggi

Anno 2011

Impariamo a fare sport: dall'alfabeto motorio al campo di gara

Anno 2012

Divertimento, soddisfazione, risultato: 3 parole chiave del "successo" nello sport giovanile

Anno 2013

La valutazione negli sport della montagna: tra prassi consolidate e nuove frontiere

Anno 2014

Il futuro dello sport giovanile tra specializzazione precoce e competenze trasversali

Anno 2015

Carichi di allenamento e recupero. Un equilibrio critico per l'élite e per l'età giovanile

Anno 2016

La maturazione sportiva del giovane atleta: quando il talento non basta

Anno 2018

Lo sport femminile: il genere fa la differenza?

Anno 2019

La psicologia può... Contributi della psicologia agli sport della montagna

Anno 2021

La tecnologia corre veloce... e lo sport precede o insegue?

Anno 2022

Allenarsi in quota: scienza e pratica

Anno 2023

L'allenamento della forza. Tra consuetudine e innovazione

P R O G R A M M A

08:00 **Registrazione**

08:45 **Saluti di benvenuto**

Comandante del Centro Sportivo della G. di F.

Comandante della Scuola Alpina della G. di F.

Gen.B. Antonio Marco Appella

Col. Sergio Giovanni Lancerini

09:00 **LA VALUTAZIONE I - I Determinanti Fisiologici**

Basi fisiologiche della valutazione della resistenza

Basi fisiologiche della valutazione della forza

Moderatore: Rossana Ciuffetti

Marco Bonifazi

Francesco Negro

09:40 **LA VALUTAZIONE II - Misurare le basi della Prestazione**

La valutazione della resistenza

La valutazione della forza

La valutazione nelle donne

La valutazione nei giovani: quando e come iniziare?

Moderatore: Barbara Pellegrini

Cantor Tarperi

Andrea Bosio

Virginia De Martin Topranin

Lorenzo Pugliese

11:20 **Pausa caffè**

11:40 **PROGETTARE L'ALLENAMENTO PARTENDO DALLA VALUTAZIONE**

Allenamento di resistenza a partire dalle valutazioni: l'esempio dello sci di fondo

Allenamento di forza a partire dalle valutazioni

Allenamento di destrezza a partire dalle valutazioni

Moderatore: Ivo Pertile

Roberto Campaci

Matteo Artina

Valentina Biino

13:00 **Pausa pranzo**

13:45 **VALUTARE E MONITORARE L'ALLENAMENTO**

Valutare e monitorare l'allenamento attraverso parametri fisiologici

Valutare e monitorare l'allenamento attraverso parametri psicofisici

Valutare e monitorare l'allenamento attraverso parametri meccanici

Moderatore: Cantor Tarperi

Matteo Betta

Roberto Modena

Mattia Michelusi

14:45 **L'ESEMPIO DEL BIATHLON**

La valutazione fisica degli atleti

L'utilizzo delle valutazioni fisiche per ottimizzare gli allenamenti

La valutazione del tiro

L'utilizzo delle valutazioni sul tiro per ottimizzare gli allenamenti

Moderatore: Federico Schena

Chiara Zoppirolli

Mirco Romanin

Lorenzo Bortolan

Alexander Inderst

16:00 **Chiusura lavori**