

# 10° Clinic Internazionale per Preparatori Fisici “ENZO GRANDI”

**16 GIUGNO 2019 Università di Verona**

**DATA**  
**16 GIUGNO 2019**

**SEDE**  
**UNIVERSITA' DI VERONA**  
**PALA GAVAGNIN, via Montelungo 7**

## RELATORI

**SAM REFFSIN - Director of Performance Turkish Womens National Basketball Team**

**HAHNE JOCHEN – Bayern Monaco Team Doctor**

**CARLO VOLTOLINI – Preparatore Fisico Serie A, Ass. Prep. Fisico Nazionale Italiana Maschile**

**FABRIZIO SANTOLAMAZZA – Preparatore Fisico Virtus Roma- Serie A2**

**DAVIDE ROCCO – Preparatore Fisico Umana Venezia - Serie A Femminile**

## PROGRAMMA

08:00 - 09:00 Registrazione partecipanti.

09:00 - 09:15 Presentazione e Saluti

09:15 - 10:15 **Università di Verona** - Fisiologia dell'allenamento ad alta intensità.

10:15 - 10:45 **SAM REFFSIN** - La creazione di un piano di allenamento annuale per il giocatore di pallacanestro.

*Creating your annual plan for the basketball athlete. Sessione teorica.*

10:45 - 11:00 Coffe Break

11:00 - 11:15 Workshop Ditta **MICROGATE**

11:15 - 12:00 **Hahne JOCHEN** - Riabilitazione, trattamento e prevenzione delle lesioni muscolari.

*Rehabilitation, treatment and prevention of muscle injuries.*

12:00 - 12:45 **Carlo VOLTOLINI** - Da "Building the base" a "Individual Workout" nel pre-season: un approccio pratico.

*From Building the Base to Individual Workout: a pre-season practical approach.*

12:45 - 14:00 Lunch

14:00 - 14:45 **Fabrizio SANTOLAMAZZA** - Strategie per il monitoraggio del carico di lavoro durante la stagione.

*Monitoring training load during the competitive-season.*

14:45 - 15:00 Workshop Ditta **DESMOTEC**

15:00 - 16:15 **Sam REFFSIN** - Un approccio pratico alla programmazione: organizzazione delle qualità delle prestazioni in diversi periodi dell'anno.

*A practical approach to programming: organizing performance qualities at different times of the year.*

Sessione pratica.

16:15 - 16:30 Coffe Break

16:30 - 17:00 Presentazione miglior TESI del 15° Corso Nazionale Preparatori Fisici.

Premiazione miglior Preparatore Fisico della stagione 2018-19

17:00 - 17:45  **Davide ROCCO** - La gestione dei lavori di forza durante una stagione: un'esperienza nella serie A Femminile.

*Management of the strength work during a season: an experience in the Female First Division.*

17:45 - 18:00 Consegna dei Certificati ai corsisti del 15° Corso Nazionale Preparatori Fisici.

## ISCRIZIONI



**WEBSITE: WWW.APFIP.IT**

**MAIL: SEGRETERIA@APFIP.IT**