

FiA2019 ORARIO SIMPOSIO

POWERED BY  FIVEFINGERS

| SABATO 1 GIUGNO | | | | | | |
|-----------------|---|--|---|---|--|--|
| ORARIO | SALA 1 | SALA 2 | SALA 3 | SALA 4 | SALA 5 | SALA 6 |
| 07.00 - 08.15 | ACCREDITO PARTECIPANTI | | | | | |
| 08.30 - 09.45 | LUCA DUTTO La gestione del corpo e le capacità coordinative nei bambini e nei ragazzi: la differenza fra muoversi e allenarsi | BORIS BAZZANI Individual Zone | MARCO GUIDUCCI Fitness Boutique & Studi Personal Training 3.0 | DARIO NUZZI SERGIO ROSSATO Traininig like a Surfer | ROBERTO BOCCHI Asthanga Vinyasa Yoga | SERGIO BARBIERI La cannabis: un farmaco incredibile |
| 10.00 - 11.15 | MARCELLO TOSCANO & ITALO ESPOSITO Clubbell Strength Cast and press series | STEVE COTTER Marial Arts Fitness | ALEXANDRO VILIGIARDI Le strategie del Network Marketing | ANGELO BELOTTI One Step Beyond | GÜNTER NIESSSEN & FABRIZIO BOLDRINI Introduzione allo Svastha Yoga Therapy | TIMOTHY DA COSTA Posturology: the dark side of Fitness |
| 11.30 - 12.45 | BRETT JONES Simplicity in Class Design | MARC EDWARDS Comprensione della flessibilità e della sua applicazione per la Performance | SILVIA LAGORIO Outdoor Fitness Business | PAUL EDMONDSON La verità sul Core Training e l'allenamento nel piano trasversale | STEVE TESTOLIN Power Yoga - Estensioni, archi e ponti | SERGIO BARBIERI & LUCIANO GEMELLO Epigenetica: attività fisica e alimentazione |
| 12.45 - 13.45 | PAUSA PRANZO | | LORENA LANDINI Fitbit | MAURO LAUS Costi sanitari della sedentarietà | PAUSA PRANZO | |
| 13.45 - 15.00 | ADO GRUZZA Ipertrafia e Forza. Trarre il massimo dal nostro allenamento. | GIANLUCA DE BENEDETTIS Game and Cooperation "Elements" | PIERLUIGI VAGALI Longage, nutrition exercise reaserch to improve longevity & quality life | LUCIANO GEMELLO strength cardio yin yang | ROBERTO MILETTI Odaka Yoga: Mastering the Flow | MOSÉ MONDONICO & LARA CALLARELLI Epigenetica, cellulite e stress |
| 15.15 - 16.30 | WALTER STACCO Youth Training | IGOR CASSINA & ALEXANDRO VILIGIARDI Hand Stand Progression | CINZIA BOTTER & ANDREA ARNOLDI La forza della mente nella performance sportiva | ANDREA CHELLINI & AMIR LAEDAIGUI Movement is the new technology | SUSANNA PETERNELLA "sthira sukham asanam" Hatha yoga class | LUIGI TORCHIO Vegetariani e Vegani: quale Futuro |
| 16.45 - 18.00 | GELINDO BORDIN Become a Real Runner | Sessione Sponsorizzata FT Club | Sessione Sponsorizzata BIAGIO BARTOLI & IGOR CASTIGLIA Sport Clubby | FREDRIK CORREA Implementazione del Flywheel Training: differenze rispetto ai pesi e nuove possibilità | BORIS BAZZANI Postural Yoga Therapy | Sessione Sponsorizzata MATILDE DE MARCHI Matilde's Braid Elastic Art Training |

| DOMENICA 2 GIUGNO | | | | | | |
|-------------------|---|--|--|---|---|--|
| ORARIO | SALA 1 | SALA 2 | SALA 3 | SALA 4 | SALA 5 | SALA 6 |
| 07.00 - 08.15 | ACCREDITO PARTECIPANTI | | | | | |
| 08.30 - 09.45 | BRETT JONES Stronger Now: Tecniche di tensione per migliorare la forza | ERIK NERI Calisthenics, inizio e priorità | MAX ICARDI Qual è il tuo elevator pitch? (e perché devi averne uno!) | PAUL EDMONDSON Usare i principi della scienza del Movimento umano per allenare il Sistema Miofasciale | ROBERTO BOCCHI Asthanga Vinyasa Yoga | ETTA FINOCCHIARO & LUCIANO GEMELLO Il farmaco più potente al mondo |
| 10.00 - 11.15 | PIERLUIGI MAURO Macebell Flow: mobilità e coordinazione nella Forza Circolare | MASSIMILIANO GOLLIN Attività fisica per la terza età | PAOLO MANOCCHI La gestione del Tempo | IGOR CASTIGLIA & ANDREA SCALA Class Design Strategies | GÜNTER NIESSSEN & FABRIZIO BOLDRINI Svastha Yoga - Approccio Funzionale | MAURO TESTA Analisi range articolare e allenamento propriocettivo: nuove prospettive |
| 11.30 - 12.45 | MARCO MACCARI & LORENZO DI MAIO Kettlebell rotational swing | MAX ICARDI Esercizi basati sulla Tensegrità | LUCA MATTONAI L'importanza della pianificazione economica e finanziaria | GIORGIO APRÀ R-Evolutionary Running Training | FABIO PITTI Yoga e prana | MASSIMO SPATTINI & FABRIZIO D'AGOSTINO Dimagrimento localizzato |
| 12.45 - 13.45 | PAUSA PRANZO | | TAVOLA ROTONDA | PAUSA PRANZO | | |
| 13.45 - 15.00 | MARC EDWARDS Ignite & Burn | ALESSANDRO DI GIOVANNI Hubit | TONI BROCAL Personal Trainers: Persone che aiutano Persone | ALESSANDRO SEVERINO Diaframma e stabilità del core | ROBERTO MILETTI Odaka Yoga | MASSIMILIANO GOLLIN Disabilità ed attività fisica |
| 15.15 - 16.30 | ALEX FRUSTACI & LORENZO MICHELI Performance & ReHtab | | SEBASTIANO SGROI & RICCARDO GERACI Tu sei il Successo: Come sfruttare al meglio Social Marketing e Mindset | | LAURA SILVESTRI Acro Yoga | MAURO TESTA Nuovi strumenti indossabili per la valutazione biomeccanica del movimento. |