



FIA

POWERED BY



FIVEFINGERS

PROGRAMMA IN PRESENZA

SABATO 14 MAGGIO

SALA MAGGIORE

08.00 - 09.30	INIZIO REGISTRAZIONE PARTECIPANTI
09.45 - 10.00	APERTURA SIMPOSIO E SESSIONE DI BENVENUTO
10.00 - 11.15	Angelo Belotti Performance e Sport: la decompressione miofasciale e de-saturazione strutturale nello sportivo.
11.30 - 12.45	Dott. Dario Riva Forza e Controllo Propriocettivo: Quale Relazione?
12.45 - 13.45	Dott. Nicola Di Noia Funzioni in Alimentazione
14.00 - 15.15	Dott. Daniele Baribieri Tendinopatie: dalle Teoria agli esercizi Terapeutici. Esempi pratici
15.30 - 16.45	Dott. PhD Gian Mario Migliaccio Il Sonno: Moltiplicatore di Energie per la Performance
17.00 - 18.15	Mattia Beltrame Flow It Out' - Mobility & Strength Experience
18.30 - 19.45	Matteo Sainaghi GDM - Intelligenza Motoria

DOMENICA 15 MAGGIO

SALA MAGGIORE 1

SALA MAGGIORE 2

08.30 - 09.00	Early Morning workout by Vibram FiveFingers	
09.00 - 09.45	Welcome Breakfast Experience by Vibram Experience	
10.00 - 11.15	Ado Gruzza Progressione nell'insegnamento degli esercizi fondamentali per la forza	Marcello Toscano e Lorenzo Toccafondi Functional Bodyweight Class secondo il metodo fun2fit
11.30 - 12.45	Alessandro Di Giovanni HUBIT l'allenamento vero per un corpo che resta funzionale a Vita	Corrado Pirovano Vendere Personal Training
12.45 - 13.45	PAUSA PRANZO	
14.00 - 15.15	Andrea Boaretto Allenamento con elastici: Trucchi e Segreti per sfruttarli al meglio negli esercizi di mobilità articolare	Alessandro Severino Hip Functional Anatomy
15.30 - 16.45	Fabio Fogato Metodo per creare schede di allenamento personalizzate di qualità in meno di 10 minuti	Lorenzo Di Maio Low back pain: un modello di lavoro "brain based"
17.00 - 18.15	Pablo Ayala Il lavoro eccentrico nello squat. tra rieducazione e performance	

PARTNERS & SPONSOR



fondazione
evooschool



InBody

UPTIVO
MATTER OF INTENSITY

REVOO

XENIOS
USA

CROSS
Kids