



**REGIONE VENETO**



**Fidal-Centro Studi  
C.R. Veneto**



**C.R. Coni Veneto  
Scuola Regionale Sport**



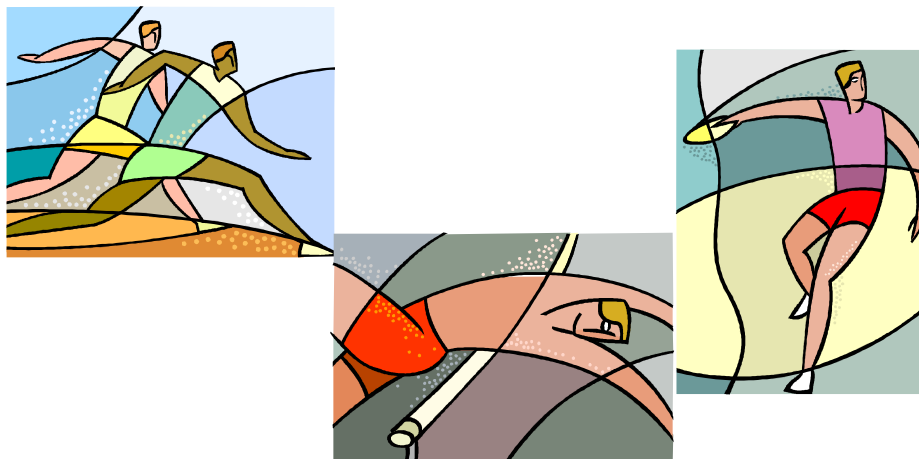
**Comune di  
Abano Terme**



**Miur Usr  
per il Veneto**



**Provincia di  
Padova**



**CONVEGNO NAZIONALE DI STUDIO E AGGIORNAMENTO**

# “**ATLETICAMENTE 2008**”

La scienza e la tecnica al servizio dello sport

Tema generale

**“Limiti della performance-limiti dell’allenamento”**

**Abano Terme**

**Sabato 15 e domenica 16 novembre 2008**

**Auditorium Fidia Farmaceutici**



**Con il patrocinio di:**

*Regione Veneto  
MIUR USR per il Veneto,  
Provincia di Padova  
Comune di Abano Terme*

**Con la collaborazione di:**

*Facoltà di Scienze Motorie di Verona  
Corso di Laurea in Scienze Motorie di Padova  
Coordinatori di Educazione Fisica del Veneto  
Confederazione Associazioni Provinciali diplomati ISEF e Laureati in Scienze Motorie*

# **“ATLETICAMENTE 2008”**

## **PRESENTAZIONE**

Ritorna per il quarto anno consecutivo “ATLETICAMENTE” momento di aggiornamento e formazione nato nel 2005 per dare continuità al “Congresso Europeo dei Tecnici di Atletica Leggera” tenutosi ad Abano Terme nel novembre del 2004. Questa iniziativa di formazione-informazione sui temi portanti della cultura sportiva riferiti sia agli aspetti più propriamente educativi che a quelli della metodologia specifica viene riproposta anche quest’anno, nonostante le difficoltà organizzative collegate alla concomitanza con le assemblee elettive federali, regionale e nazionale, per non interrompere la continuità e per rispondere positivamente al notevole interesse per il convegno attestato dalle molte richieste di informazioni pervenute.

L’edizione di quest’anno si articolerà però su un unico week-end. Il tema: “limiti della performance-limiti dell’allenamento” è di indubbio interesse e, come sempre, il quadro dei relatori garantisce la qualità delle tematiche trattate.

Infine dall’edizione 2008 il CONI Veneto, riconoscendo l’importanza dell’evento e considerando che le tematiche trattate sono di interesse interdisciplinare e non riguardano solo l’atletica leggera, assume il ruolo di coorganizzatore di “ATLETICAMENTE” affiancando così anche operativamente il C.R. Veneto della FIDAL.

## **SALUTO DELLA REGIONE VENETO**

Autunno è per l’atletica veneta un momento di riflessione, di confronto, di verifica e discussione tra i tecnici, i dirigenti e gli sportivi. Nel corso del convegno autunnale le più recenti esperienze, le più rilevanti problematiche, i più innovativi temi della disciplina, vengono portati all’attenzione degli addetti ai lavori discussi.

Le passate edizioni hanno dimostrato quanto sia importante l’aggiornamento ed il confronto nei riguardi di tutti gli aspetti della disciplina. Tanto più l’attività cresce di livello e si affina tanto più il particolare, il dettaglio acquista importanza. Le vittorie infatti vengono conquistate sul centesimo di secondo, sul centimetro, su quello che potrebbe apparire un insignificante particolare ed invece è il “quid” che porta al risultato. Il tema del convegno segue appunto questa logica, andando a verificare cosa succede al limite della prestazione e fino a che punto può essere spinta la preparazione senza perdere di efficacia.

La collaborazione delle Facoltà di Scienze Motorie del Veneto assicura la presenza dei più aggiornati studiosi della materia e l’apporto del coordinamento di educazione fisica e della confederazione dei diplomati ISEF e laureati in Scienze Motorie assicura l’approccio alle tematiche dal punto di vista pratico ed applicativo. Sarà quindi un confronto dal quale scaturiranno importanti spunti per tutti coloro che si occupano di questa magnifica disciplina sportiva.

Ringrazio quindi il Presidente della FIDAL regionale, prof Valente ed i suoi collaboratori che hanno reso possibile anche per quest’anno la realizzazione dell’incontro, ringrazio i relatori per il loro prezioso apporto, ringrazio i partecipanti per l’interesse con cui si sono appassionati agli argomenti trattati.

A tutti rivolgo il saluto della Regione Veneto e do appuntamento ad Abano per il prossimo anno per l’edizione 2009 di ATLETICAMENTE.

L’Assessore regionale allo Sport  
Massimo Giorgetti

## **SALUTO DEL COMUNE DI ABANO TERME**

E’ un onore per la Città di Abano Terme ospitare anche quest’anno “ATLETICAMENTE”, appuntamento atteso dagli addetti ai lavori.

La Città di Abano Terme vanta una realtà sportiva molto viva e variegata, che esige attenzione e disponibilità da parte dell’Amministrazione e che, in cambio, nel corso degli anni, ha forgiato atleti eccellenti regalando all’intera comunità traguardi prestigiosi.

Tuttavia, se è motivo di orgoglio avere visto allenarsi sui nostri impianti atleti di fama internazionale, ancor maggiormente siamo fieri di sapere che sempre più ragazzi chiedono spazi per praticare sport, anche solo a livello amatoriale.

Un programma interessante e vario, che affronta molteplici tematiche legate allo sport e relatori qualificati sono, di certo, ingredienti che faranno del Convegno "ATLETICAMENTE" un appuntamento di successo, uno stimolo e un aiuto per tutti coloro che hanno a cuore tutto lo Sport e non solo l'Atletica Leggera.

Andrea Bronzato  
Sindaco di Abano Terme

Claudio Calvello  
Assessore allo Sport di Abano Terme

### **SALUTO DEL CONI**

Con profonda soddisfazione salutiamo l'edizione 2008 di "ATLETICAMENTE" che, negli anni, ha saputo conquistare credito sia a livello regionale che nazionale. Di questo va dato atto agli Organizzatori e ai qualificati Relatori.

Il CONI Veneto ha ben volentieri accolto la proposta del Comitato Regionale della FIDAL di assumere da quest'anno il ruolo di coorganizzatore dell'evento riconoscendo in esso un appuntamento di grande spessore per tecnici di tutte le discipline sportive e non solo per l'atletica leggera ed importante inoltre anche per gli operatori del mondo della scuola nella convinzione che iniziative come questa, che tendono all'aggiornamento ed all'informazione sia dei tecnici specialisti che degli operatori sportivi più "dedicati" all'attività di formazione, vadano adeguatamente supportate sia dalle Federazioni che dagli Enti Locali.

Per queste ragioni il CONI ha sostenuto anche l'importanza di dare continuità all'iniziativa programmando l'edizione 2008 nonostante le difficoltà collegate alla concomitanza con le assemblee elettive che vedono nello stesso periodo impegnata la FIDAL regionale e nazionale.

Il CONI Veneto e Padovano, che portano il loro contributo tramite la collaborazione tecnico-organizzativa della Scuola Regionale dello Sport, augurano a Partecipanti ed Organizzatori il migliore svolgimento dei lavori.

Gianfranco Bardelle  
Presidente C.R. CONI Veneto

Dino Ponchio  
Presidente C.P. CONI Padova

### **SALUTO DELLA F.I.D.A.L.**

Abano Terme si è guadagnata negli anni la qualifica di sede primaria per ciò che concerne gli incontri di aggiornamento tecnico e scientifico dell'atletica italiana e internazionale.

Per questa ragione i Comitati Regionali Veneti della FIDAL e del CONI hanno scelto di programmare anche l'edizione 2008, la quarta in ordine di tempo, nonostante le difficoltà organizzative collegate alla coincidenza con la tornata elettorale di fine mandato della FIDAL.

Tale decisione è stata presa anche per la grande quantità di richieste di informazioni sul Convegno pervenute già da fine estate al Comitato Regionale, contatti attestanti un grande interesse per "ATLETICAMENTE" che certamente si colloca, per qualità di relatori e temi affrontati, tra le iniziative di maggior rilievo riconosciuta come punto di riferimento per lo scambio di conoscenze ed esperienze indispensabili alla formazione e dei nostri quadri tecnici. Tutto ciò grazie alla collaborazione tra il nostro Centro Studi Federale, il Comitato Fidal Veneto, la Scuola Regionale dello Sport del Coni Veneto e, ovviamente, il Comune di Abano Terme, è diventato

Particolarmente significativa la partecipazione della Facoltà e del Corso di Laurea di Scienze Motorie di Verona e di Padova, dei Coordinatori di Educazione Fisica regionali e della Confederazione delle Associazioni provinciali Diplomi Isef e Laureati in Scienze Motorie; essa realizza, infatti, quella fusione con il mondo universitario e della scuola che è da sempre un'importante obiettivo per la Federazione e rappresenta la linfa vitale dell'atletica, l'investimento più prezioso per il suo futuro.

A tale riguardo, il patrocinio del MIUR USR Veneto non è solo un attestato di garanzia, ma lo stimolo per estendere la nostra collaborazione con il Ministero anche su scala nazionale.

Ringraziamo perciò, anche a nome dell'atletica italiana e veneta, tutti coloro che hanno contribuito alla preparazione del Convegno e che hanno, con il proprio sostegno, consentito di dar vita anche a questa quarta edizione che si annuncia ancora una volta come un sicuro successo.

Franco Arese  
Presidente Federale

Paolo Valente  
Presidente C.R. Veneto

# CONVEGNO DI STUDIO ED APPROFONDIMENTO

## “ATLETICAMENTE 2008”

La scienza e la tecnica al servizio dello sport

Tema Generale: “Limiti della performance – limiti dell’allenamento”

### Programma di sabato 15 novembre 2008

- Ore 13.30-15.00: Accredитamento Convegnisti
- Ore 15.00-15.30: Apertura lavori e saluto Autorità  
Moderatore: Ing. Alberto Morini Vicepresidente V. Fidal
- Ore 15.30-16.15: **“L’arte di raffinare metalli preziosi”**  
Il ruolo dell’ Allenatore nella costruzione del grande risultato.  
Relatore: Prof. Sandro Damilano Responsabile Tecnico Fidal
- Ore 16.15-17.00: **“Ancora tu! Ma non dovevamo vederci più?”**  
La forza come base dell’allenamento: come e perché.  
Relatore: Prof. Nicola Silvaggi D.T. Fidal
- Ore 17.00-17.45: **“Training e gare”**  
...e la salute dove la mettiamo?  
Relatore: Dr. Pierluigi Fiorella Medico Sportivo Fidal
- Ore 17.45-18.00: *Question time*
- Ore 18.00-18.15: *Coffee-break*
- Ore 18.15-19.30: Tavola rotonda  
Moderatore: Dr. Franco Bragagna Giornalista RAI
- “Resisto a tutto. Fuorché alle tentazioni!”**  
Analisi delle “ragioni” dei dopati.  
Partecipano: Prof. Giuseppe Fischetto Resp. Medico Fidal  
Dr. Claudio Schiraldi Resp. Antidoping Reg.  
Prof. Massimo Bogarelli Università di Padova  
“Relatori della giornata”

## Programma di domenica 16 novembre 2008

Moderatore: Prof. Paolo Valente

Pres. Fidal Veneto

Ore 9.00 – 9.45:

### **“Eta-Beta è qui!”**

Qual’ è la scienza che ci serve?

Relatore: Prof. Marcello Faina  
Dr. Marco de Angelis

Ist. Scienza Sport Coni  
Ist. Scienza Sport Coni

Ore 9.45 -10.30:

### **“La giusta dose”**

Come calibrare l’allenamento.

Relatore: Prof. Federico Schena  
Dott.ssa Silvia Pogliaghi

Università Verona  
Università Verona

Ore 10.30-10.45:

*Question Time*

Ore 10.45-11.00:

*Coffee break*

Moderatore: Prof. Luciano Baraldo

Cons. Naz. Fidal

Ore 11.00-11.45:

### **“Alla ricerca del fattore limitante della prestazione”**

Vince la psiche o il soma.

Relatore: Prof. Antonio La Torre

Università Milano

Ore 12.00-12.45:

### **“A Pechino? Tutti scocciati!”**

La funzione ed il metodo di utilizzo dei nuovi Chinesio-Taping.

Relatore: Dr. Stefano Frassine

Esperto della “Chinesio-Taping Italia”

Ore 12.45-13.00:

*Question Time*

Ore 13.15

Chiusura dei lavori e consegna degli attestati di frequenza.