



PHISIOVIT

# **SPORTS PHYSICAL THERAPY** CERTIFICATION



È stata inoltrata al GIS SPORT AIFI la richiesta di certificazione delle competenze erogate dal corso utili per il raggiungimento della certificazione Italian SPT





# **DESCRIZIONE DEL PERCORSO FORMATIVO**

Il percorso formativo **Sports Physical Therapy Certification** è stato strutturato in collaborazione con un panel di alcuni tra i più quotati professionisti internazionali al fine di garantire una proposta formativa completa nell'ambito della **fisioterapia sportiva**. L'ampio gruppo dei docenti è costituito da fisioterapisti, medici e preparatori atletici di fama internazionale in campo sportivo professionistico, coordinatori di team riabilitativi o di performance di squadre che militano nei massimi campionati europei, selezioni olimpiche/nazionali, e coordinatori di noti centri di riabilitazione e performance, ricercatori clinici e accademici.

Il percorso formativo si articola lungo un programma composto da **sei moduli** della durata complessiva di ventidue giornate in presenza, più alcuni moduli online. I contenuti didattici, teorici e pratici, sono stati definiti in considerazione delle **più recenti evidenze cliniche** emerse dalla lettera-

tura scientifica nell'ambito della sports medicine, evidenze che verranno contestualizzate in un solido ragionamento clinico da applicare nei diversi scenari di prevenzione e riabilitazione dello sportivo.

I singoli moduli sono stati sviluppati per aderire il più possibile alle **11 Core Competencies & Standards stabilite dall'International Federation of Sports Physical Therapy (IFSPT)** al fine di favorire l'acquisizione delle competenze utili per registrarsi come **ITA-SPT** tramite il **Gis Sport** di **AIFI**, ovvero il gruppo di interesse specialistico in fisioterapia sportiva rappresentante l'**IFSPT** in Italia.

## **11 CORE COMPETENCIES & STANDARDS**

- 1)** Promozione del fair play e dell'anti-doping
- 2)** Intervento in acuto
- 3)** Riabilitazione
- 4)** Miglioramento della performance
- 5)** Promozione di uno stile di vita sano e attivo
- 6)** Formazione professionale continua
- 7)** Professionalità e management
- 8)** Coinvolgimento nella ricerca
- 9)** Diffusione delle best practice
- 10)** Miglioramento della pratica clinica per mezzo dell'innovazione
- 11)** Prevenzione infortuni



# MODALITÀ DI INSEGNAMENTO E APPRENDIMENTO

A female athlete in a black and blue uniform is captured in mid-air, performing a long jump into a sand pit. She is wearing a black singlet with a white number '100' and blue shorts. Her right leg is extended forward, and her left leg is bent. She is wearing a black sock and a gold and black shoe. The background shows a red running track and a white and black striped marker.

I moduli del percorso formativo **Sports Physical Therapy Certification** prevedono una prevalenza di sessioni pratiche e di ragionamento clinico, valutazione e progressioni di trattamento, combinate a lezioni teoriche e presentazione di casi clinici. I partecipanti saranno coinvolti in prima persona in tutte le parti pratiche, testando tecnologie e macchinari, provando le procedure di test a supporto della pratica clinica, per un'esperienza omnicomprensiva.

Tutte le parti di esercitazione pratica vengono inoltre monitorate dalla presenza costante dei docenti e dei loro assistenti e sono caratterizzate da simulazioni di situazioni sul campo tipiche del lavoro del fisioterapista sportivo. Accento particolare viene posto sui processi di **decision-making** che talvolta devono avere luogo in pochi secondi in fase acuta circa il da farsi nell'immediato, così come permettere o meno la continuazione della pratica

sportiva in corso al momento dell'infortunio a un atleta, sia in setting d'allenamento che di partita o competizione, il **lavoro in team** multidisciplinare con lo staff medico di persona o a distanza, riferire o meno lo sportivo in pronto soccorso o a uno specialista e con quale indicazione, assistere in sala operatoria in occasione degli interventi chirurgici degli atleti e sviluppare l'iter riabilitativo con piena conoscenza del trauma dell'infortunio sommato a quello della chirurgia coordinandosi con chirurgo, medico sociale e atleta, capacità di soddisfare le continue richieste di prognosi e tempi di recupero da parte di atleta e allenatore e saper **gestire setting complessi** e articolati caratterizzati da molteplici portatori d'interesse oltre allo sportivo come l'allenatore, l'agente, la famiglia dell'atleta, il medico sociale, il medico sportivo o l'ortopedico, i dirigenti della squadra o il coordinatore delle selezioni. Oltre a questo, ovviamente, la **prevenzione degli infortuni**, l'oggettivazione di tutti i parametri utili per la progressio-

ne delle varie fasi in caso d'infortunio fino a il **Return To Sport**, lo sviluppo di competenze in **Strength & Conditioning** per la riabilitazione degli atleti infortunati e il miglioramento della performance in quelli in salute, lo sviluppo della capacità di comprensione e del filtro critico della letteratura scientifica in ambito sports medicine, le strategie di recupero degli sportivi, la psicologia dello sport, la nutrizione e l'integrazione, e altre componenti proprie delle competenze del fisioterapista sportivo.

Ai partecipanti **verrà consegnato materiale a ogni modulo** della certificazione in formato digitale. Ciò comprenderà tutte le presentazioni dei docenti, le pubblicazioni più recenti o ahead of print (in anteprima), i booklet di esercizi, diagnosi differenziale e contenuti aggiuntivi che i docenti forniranno per il massimo approfondimento possibile. Nelle molte parti pratiche **sarà garantita una ratio docente/partecipanti** ottimale grazie ai diversi assistenti sempre presenti direttamente forma-

ti dai diversi docenti. I moduli tenuti dai docenti stranieri saranno svolti in **lingua inglese** e tradotti consecutivamente in **lingua italiana**.

Questo percorso di certificazione è rivolto a **fisioterapisti e medici**, nonché **studenti** delle suddette facoltà, che desiderano:

- **Evolversi** nell'ambito della riabilitazione sportiva e della sports medicine con una formazione strutturata, evidence-informed e caratterizzata dalla voluminosa expertise clinica di alcuni tra i migliori istruttori internazionali nel settore;
- **Certificarsi** rispettando le Core Competencies & Standards dell'IFSPT;
- **Sviluppare** le proprie competenze nella gestione dell'atleta e dell'intero team nell'ottica della prevenzione, riabilitazione e miglioramento della performance sportiva;
- **Migliorare** e sviluppare le personali competenze di gestione multidisciplinare e a 360° dell'atleta singolo (sport individuali) o nel contesto dei team sportivi.

# PROGRAMMA

## MODULI ONLINE:

- **PRESENTAZIONE ITA-SPT** (M. Rosa - Italia)
- **SPORTS PSYCHOLOGY** (M. Belluzzi - Italia)
  - Lo sport come fenomeno sociale complesso.
  - Fondamenti scientifici della psicologia dello sport: dal positivismo all'approccio psico-sociale.
  - Dove lavora uno psicologo in ambito sportivo? Le richieste del contesto.
  - Psicologia dello sport e individuo: motivazione, emozioni e stress.
  - Lo sportivo in un contesto: relazioni e dinamiche di gruppo.
  - Sport e benessere/malessere psicologico: dai benefici ai rischi.
- **DOPING** (T. Zandonai - Spagna)
  - Benefici e rischi dell'esercizio fisico.
  - L'Agenzia Mondiale Antidoping (WADA).
  - La Lista proibita della WADA 2023.
  - Il Programma di monitoraggio della WADA 2023.
  - Ricerca psicologica, sociale e comportamentale nel campo del doping.

- Interventi di educazione e progetti antidoping; limiti della ricerca e indagini future.
- **SPORTS NUTRITION** (A. Bini - Italia)
  - Nutrizione di base dello sportivo.
  - Diverse tipologie di diete nello sportivo.
  - Supplementazione di base nello sportivo.
  - Alimentazione e supplementazione pre, durante e post esercizio.
- **RESEARCH METHODOLOGY IN SPORTS PT & SPORTS MEDICINE** (P. Marighetto - Italia)
  - Metodologia della ricerca scientifica nella fisioterapia e medicina sportiva.
  - Come consultare la letteratura scientifica, tradurla con efficacia nella pratica clinica e come strutturarsi per l'ideazione, la progettazione, la conduzione e la pubblicazione di studi clinici e non su riviste internazionali peer-reviewed del settore.

## **MODULO 1**

### **25 Ottobre 2024**

#### • **INJURY RISK REDUCTION STRATEGIES E LOAD MONITORING & MANAGEMENT** (P. Perna - UK)

**09:00 - 09:45** Un approccio evidence-based al problema.

**09:45 - 10:15** Il ruolo del fisioterapista nella prevenzione degli infortuni.

- 10:15 - 11:00** Surveillance: dal pre-season all'off-season.
- 11:00 - 11:15** Pausa caffè.
- 11:15 - 12:00** Strategie di injury prevention.
- 12:00 - 13:00** Pratica: la prevenzione in palestra. Domande e risposte, revisione, discussione finale.
- 14:00 - 14:30** Riabilitazione dell'atleta.
- 14:30 - 15:15** Definizione di carico (tipologie di carico).
- 15:15 - 15:30** Strumenti di monitoraggio dei carichi.
- 15:30 - 17:00** Monitorare e gestire i carichi in riabilitazione.
- 17:00 - 18:00** Esercitazione pratica di monitoraggio del carico in ambiti sportivi diversi. Domande e risposte, revisione, discussione finale.

### **26 Ottobre 2024**

#### • **SPORTS BIOMECHANICS: MONITORING MOVEMENT AND MEASURING STRENGTH FOR ATHLETE'S OPTIMAL REHABILITATION & PERFORMANCE** (Sports Rehab team, Svizzera)

**09:00 - 09:10** Arrivo e registrazione dei partecipanti.

**09:10 - 10:15** Fondamenti di biomeccanica umana e nei maggiori sport.

**10:15 - 10:45** Sistemi gold standard vs sensoristica inerziale

**10:45 - 11:00** Pausa caffè.

**11:00 - 13:00** Set-up sensoristica inerziale, interpretazione dei dati, monitoraggio di movimento ed equilibrio, esecuzione di svariati test funzionali arto superiore, inferiore e rachide e test di balzo. [SESSIONE PRATICA]

**13:00 - 14:00** Pausa pranzo.

- 14:00 - 15:15** Fine sessione test di balzo & gait analysis con sensoristica inerziale. [SESSIONE PRATICA]
- 15:15 - 15:45** App per l'analisi del force/velocity profile. [SESSIONE PRATICA]
- 15:45 - 16:00** Pausa caffè.
- 16:00 - 17:50** Misurazioni/test di forza arto superiore & inferiore con dinamometro su base fattori di rischio, valori normativi di riferimento ed in applicazione del concetto di vantaggio/svantaggio biomeccanico muscolare. [SESSIONE PRATICA]
- 17:50 - 18:00** Domande e chiusura della giornata formativa.

## **27 Ottobre 2024**

### **• SPORTS BIOMECHANICS: MONITORING MOVEMENT AND MEASURING STRENGTH FOR ATHLETE'S OPTIMAL REHABILITATION & PERFORMANCE**

(Sports Rehab team, Svizzera)

- 09:00 - 09:30** L'oggettivazione della forza ed i suoi parametri.
- 09:30 - 10:20** Biofeedback neuromuscolare ed sEMG (elettro-neuromiografia ddi superficie) in riabilitazione. [SESSIONE PRATICA]
- 10:20 - 10:50** Set-up pedane di forza ed interpretazione dei dati. [SESSIONE PRATICA]
- 10:50 - 11:05** Pausa caffè.
- 11:05 - 13:00** Test di forza e performance con le pedane di

- 13:00 - 14:00** Pausa pranzo.
- 14:15 - 16:15** Test di forza e performance con le pedane di forza: Squat & Drop Jump, test bipodalici Vs monopodalici, valutazione di impulso, landing stiffness, breaking forces, RFD/rate of force development, ricerca scientifica correlata e analisi di come utilizzare i dati ricavati per profilare l'atleta in ottica riabilitativa o di performance. [SESSIONE PRATICA]
- 16:15 - 16:30** Pausa caffè.
- 16:30 - 17:50** Test di forza e performance con le pedane di forza: test isometrici (Ash test arto superiore, 90-90 hamstring, soleo, etc.), ricerca scientifica correlata e analisi di come utilizzare i dati ricavati per profilare l'atleta in ottica riabilitativa o di performance. [SESSIONE PRATICA]
- 17:50 - 18:00** Domande e dubbi, valutazione ECM, consegna degli attestati di partecipazione e chiusura del corso.

## MODULO 2

### 12 Dicembre 2024

#### • SPORTING ELBOW (L. Di Filippo - Italia)

- 09:00 - 09:30 Elbow Sport Injuries.
- 09:30 - 10:15 Anatomia funzionale e stabilita.
- 10:15 - 10:30 Pausa caffè.
- 10:30 - 12:00 Medial Elbow Tendinopathy (Met) Throwing Elbow Syndrome (tes).
- 12:00 - 13:30 Pratica: Valutazione clinica e decision making.
- 13:30 - 14:30 Pausa pranzo.
- 14:30 - 15:15 Lateral Elbow Disorders (LEDs).
- 15:15 - 16:00 Pratica: Valutazione clinica ledapp e decision making.
- 16:00 - 16:15 Pausa caffè.
- 16:15 - 17:45 Pratica: Terapia manuale + esercizio terapeutico applicato ai LEDs – MET -TES.
- 17:45 - 18:00 Domande e risposte, revisione, discussione finale.

### 13 Dicembre 2024

#### • UPPER & LOWER LIMB SPORTS TAPING (M. Ferrelli - Italia)

- 09:00 - 09:30 Introduzione.
- 09:30 - 10:30 Parte pratica: Arto inferiore.
  - Piede: articolazione I MTF e fascia plantare (turf toe, fascite plantare).
- 10:30 - 10:45 Pausa caffè.

- 10:45 - 13:00 Parte pratica: Arto inferiore.
  - Caviglia: articolazione tibio-tarsica e sottoastragalica (traumi distorsivi, taping preventivi).
  - Ginocchio: MCL e MCL (traumi distorsivi, sport taping).
- 13:00 - 14:00 Pausa pranzo.
- 14:00 - 14:45 Parte pratica: Arto inferiore.
  - Ginocchio: articolazione femoro-rotulea (PFPS).
- 14:45 - 16:00 Parte pratica: Arto superiore.
  - Spalla: articolazione acromion-claveare e articolazione gleno-omeroale (lussazioni articolari, sport taping).
- 16:00 - 16:15 Pausa caffè.
- 16:15 - 17:45 Parte pratica: Arto superiore
  - Gomito: articolazione radio-ulnare (traumi distorsivi, lussazioni articolari, sport taping).
  - Mano: articolazione I MCF, articolazioni IF (traui distorsivi, sport taping).
- 17:45 - 18:00 Domande e risposte, revisione, discussione finale.

### 14 Dicembre 2024

#### • LOWER LIMB TENDON INJURIES (I. Sancho - Spagna)

- 09:00 - 09:15 Registrazione partecipanti.
- 09:15 - 09:30 Introduzione - conoscenza comune vs

- medicina basata sull'evidenza.
- 09:30 - 10:20** Funzione del tendine - struttura, tipologie di tendine, funzione tendinea, proprietà meccaniche e dei materiali, risposta al carico, meccanotrasduzione e omeostasi, stimolo e meccanismi di adattamento.
- 10:20 - 11:15** Patologia del tendine - fattori patologici, cambiamenti strutturali, patogenesi, potenziali meccanismi di dolore.
- 11:15 - 11:30** Pausa caffè.
- 11:30 - 12:30** Eziologia - fattori di rischio intrinseci ed estrinseci, entità biopsicosociale.
- 12:30 - 13:30** Pausa pranzo.
- 13:30 - 15:00** La gestione delle affezioni tendinee – diagnosi e valutazione, gestione essenziale, gestione non essenziale.
- 15:00 - 16:00** Tendinopatia prossimale degli hamstring - test di carico, diagnosi e diagnosi differenziale, valutazione del movimento e catena cinetica, trattamento [pratica].
- 16:00 - 16:15** Pausa caffè.
- 16:15 - 17:15** Tendinopatia glutea - test di carico, diagnosi e diagnosi differenziale, valutazione del movimento e catena cinetica, trattamento [pratica].
- 17:15 - 18:00** Casi clinici e ripasso del programma della

prima giornata di formazione con domande e dubbi.

## **15 Dicembre 2024**

- **LOWER LIMB TENDON INJURIES** (I. Sancho - Spagna)
- 09:00 - 10:30** Tendinite rotulea - test di carico, diagnosi e diagnosi differenziale, valutazione del movimento e catena cinetica, trattamento. [pratica]
- 10:30 - 10:45** Pausa caffè.
- 10:45 - 12:15** Tendinopatia achillea - test di carico, diagnosi e diagnosi differenziale, valutazione del movimento e catena cinetica, trattamento. [pratica]
- 12:15 - 12:45** La fase di ritorno allo sport (RTS).
- 12:45 - 13:45** Pausa pranzo.
- 13:45 - 14:45** Rotture parziali e complete del tendine - prendere decisioni cliniche: gestione conservativa vs chirurgia, strategie di trattamento. [pratica]
- 14:45 - 15:30** Cosa sostiene l'evidenza?
- 15:30 - 15:45** Pausa caffè.
- 15:45 - 16:30** Casi clinici.
- 16:30 - 17:00** Dibattito conclusivo, domande e risposte, valutazione finale ECM e consegna degli attestati di fine corso.

## MODULO 3

### 30 Gennaio 2025

- **SPORTING SHOULDER** (M. Asker - Svezia)

09:00 - 09:30 Registrazione dei partecipanti.

09:30 - 10:30 Biomeccanica dei lanciatori e sportivi overhead in relazione all'anatomia della spalla.

10:30 - 10:45 Pausa caffè.

10:45 - 11:45 Strategie di prevenzione della lesione alla spalla.

11:45 - 13:00 Misurazioni obiettive della spalla. [teoria]

13:00 - 14:00 Pausa pranzo.

14:00 - 14:45 Misurazioni obiettive della spalla - parte 1. [pratica]

14:45 - 15:30 Misurazioni obiettive della spalla - parte 2. [pratica]

15:30 - 15:45 Pausa caffè.

15:45 - 16:30 Monitoraggio del carico di lavoro negli atleti overhead.

16:30 - 17:45 Setting di un programma di screening e prevenzione delle lesioni in ambito clinico - dalla A alla Z

17:45 - 18:00 Domande e risposte, revisione, discussione finale.

### 31 Gennaio 2025

- **SPORTING SHOULDER** (M. Asker - Svezia)

09:00 - 09:30 Valutazione della spalla con lesione. [teoria]

09:30 - 10:45 Valutazione della spalla con lesione. [pratica]

10:45 - 11:00 Pausa caffè.

11:00 - 13:00 Riabilitazione e trattamento della spalla con lesione. [teoria]

13:00 - 14:00 Pausa pranzo.

14:00 - 15:00 Riabilitazione e trattamento della spalla con lesione parte 1. [pratica]

15:00 - 16:15 Riabilitazione e trattamento della spalla con lesione parte 2. [pratica]

16:15 - 16:30 Pausa caffè.

16:30 - 17:15 Return To Sport (RTS), test e criteri. [pratica]

17:15 - 17:30 Domande e risposte, revisione, discussione finale, valutazione ECM.

### 1 Febbraio 2025

- **SPORTING HIP & GROIN** (R. Otten - Olanda)

08:45 - 09:00 Registrazione partecipanti.

09:00 - 09:30 Introduzione al corso.

09:30 - 10:20 Anatomia ed epidemiologia dell'hip e groin.

10:20 - 11:00 Diagnosi clinica [parte teorica].

11:00 - 11:15 Pausa caffè.

11:15 - 12:00 Diagnosi clinica [parte pratica].

12:00 - 13:00 Fattori di rischio e meccanismo di infortunio.

13:00 - 14:00 Pausa pranzo.

14:00 - 14:30 Imaging nel groin pain.

14:30 - 15:00 Test clinici. [parte teorica]

15:00 - 15:45 Test clinici. [parte pratica]

15:45 - 16:00 Pausa caffè.

16:00 - 17:30 Prove scientifiche sulle opzioni di trattamento per il groin pain.

**17:30 - 18:00** Domande e risposte, revisione, discussione finale.

## **2 Febbraio 2025**

### **• SPORTING HIP & GROIN (R. Otten - Olanda)**

**09:00 - 09:45** Opzioni di trattamento.  
[parte teorica e pratica]

**09:45 - 10:30** Il programma di riabilitazione attiva.

**10:30 - 10:45** Pausa caffè.

**10:45 - 12:30** Il programma di riabilitazione attiva in pratica parte 1. [parte pratica in palestra]

**12:30 - 13:30** Pausa pranzo.

**13:30 - 14:30** Il programma di riabilitazione attiva in pratica parte 2. [parte pratica specifica per lo sport]

**14:30 - 15:30** Presentazione e discussione di casi clinici.  
[parte pratica]

**15:30 - 15:45** Pausa caffè.

**15:45 - 16:15** Opzioni chirurgiche per l'hip e groin e riabilitazione post-operatoria.

**16:15 - 16:45** Prevenzione delle lesioni nell'hip e groin.

**16:45 - 17:00** Domande e risposte, revisione, discussione finale, valutazione ECM.

## **MODULO 4**

## **27 Febbraio 2025**

### **• MUSCLE INJURIES OF THE LOWER LIMB (L. Mascia - Italia)**

**08:30 - 09:00** Registrazione dei partecipanti.

**09:00 - 10:00** Introduzione al Corso, Epidemiologia delle lesioni muscolari e rationale del corso.

**10:00 - 11:00** Anatomia e biomeccanica hamstrings.

**11:00 - 11:15** Pausa caffè.

**11:15 - 12:00** Valutazione con anatomia palpatoria e anatomia ecografica.

**12:00 - 13:00** Valutazione funzionale hamstrings.

**13:00 - 14:00** Pausa Pranzo.

**14:00 - 15:00** Classificazione delle lesioni muscolari.

**15:00 - 16:00** Imaging nelle lesioni muscolari.

**16:00 - 16:15** Pausa caffè.

**16:15 - 18:00** Valutazione e test nelle lesioni muscolari.

## **28 Febbraio 2025**

### **• MUSCLE INJURIES OF THE LOWER LIMB (L. Mascia - Italia)**

**09:00 - 10:00** Fattori di rischio nelle lesioni muscolari.

**10:00 - 11:00** Calf injuries: valutazione e presentazione dei vari quadri clinici.

**11:00 - 11:15** Pausa caffè.

**12:00 - 13:00** Prevenzione lesioni muscolari.

**13:00 - 14:00** Pausa Pranzo.

**14:00 - 16:00** Principi di trattamento nelle lesioni muscolari.

**16:00 - 18:00** Lesioni al retto femorale e agli adduttori: valutazione e principi di trattamento.

## **1 Marzo 2025**

### **• MANAGEMENT OF SPORTS KNEE INJURIES**

(S. Nutarelli - Svizzera, L. Herrington - UK)

**08:45 - 09:00** Registrazione partecipanti.

**09:00 - 09:30** PARAMETRI PER ACCEDERE ALLA CHIRURGIA

· La nostra proposta tenendo conto della ricerca scientifica ed ulteriori spunti.

**09:30 - 10:45** GESTIONE DEL GINOCCHIO POST-OPERATORIO IN FASE ACUTA, PARTE 1

· 1° giorno: cambiare la medicazione, controllo delle incisioni, gestire le domande del paziente: ciò che fanno i fisioterapisti in tutto il mondo, quando...togliere le stampelle/ guidare/lavorare/divertirsi senza pensieri/ riprendere la corsa/tornare ad allenarsi/ ricominciare a praticare sport. Aspettative del paziente: quando la chiacchierata preoperatoria col chirurgo/fisioterapista è il problema, la riabilitazione in caso di lesioni associate al LCA, gestione delle lesioni al LCP con/senza lesioni del PCL e di lesioni LCM con/senza lesione del PMC. Il concetto di omeostasi del ginocchio: perché non ci interessa lavorare sulla forza in questa fase. Terapia manuale: quando ha senso e quando no, l'elettrostimolazione funziona solo se lavora anche il paziente - SESSIONE PRATICA E DECISION-MAKING.

**10:45 - 11:00** Pausa caffè.

**11:00 - 13:00** FASE ACUTA, PARTE 2

· Programmare l'iter, le prime 6 settimane

circa: superare l'inibizione muscolare, allenamento neuromuscolare, cardio, core e muscolatura a livello delle anche, ri-apprendimento motorio precoce, interrompere i farmaci il prima possibile attraverso l'attività fisica: attivare il sistema endocrino per accelerare la riabilitazione, allenare l'upper body, CCA Vs CCC. Diversi graft = diversa riabilitazione post-operatoria, red-flags post-operatorie: infezioni, TVP, sindrome del ciclope, artrofibrosi - SESSIONE PRATICA.

**13:00 - 14:00** Pausa pranzo.

**14:00 - 15:00** FASE INTERMEDIA INIZIALE

· Programmare l'iter, re-insegnare l'abilità nei movimenti: focus interno Vs esterno, perturbazione della vista, allenamento graduale di rinforzo e resistenza, cardio HIIT, core e muscolatura a livello delle anche, equilibrio, apprendimento motorio+, parametri e test per avanzare alla fase successiva - SESSIONE PRATICA.

**15:00 - 16:15** FASE INTERMEDIA.

· Programmare l'iter, applicazioni pratiche del Blood Flow Restriction (BFR) e del training isoinerziale nella riabilitazione di ginocchio, programma di rinforzo per la forza

massima, cardio HIIT+, core e muscolatura a livello delle anche, equilibrio avanzato, apprendimento motorio++, parametri e test per avanzare alla fase successiva - SESSIONE PRATICA.

**16:15 - 16:30** Pausa caffè.

**16:30 - 17:45** RITORNO ALLA CORSA - RETURN TO RUN (RTR)  
· Termine della fase intermedia seguito dall'approccio progressivo con test caratterizzanti la proposta per il RTR sulla base della ricerca scientifica con ulteriori spunti, trasposizione nella pratica clinica, il concetto di monitoraggio del carico - SESSIONE PRATICA.

**17:45 - 18:00** DOMANDE E RISPOSTE - CHIUSURA DELLA PRIMA GIORNATA.

## **2 Marzo 2025**

### **• MANAGEMENT OF SPORTS KNEE INJURIES**

(S. Nutarelli - Svizzera, L. Herrington - UK)

**09:00 - 10:00** FASE INTERMEDIA INOLTRE  
· Programmare l'iter, programma di rinforzo progressivo: completare la forza massima e approccio alla pliometria, progressioni della corsa, balzi bi e mono podalici, core, equilibrio avanzato++, apprendimento motorio++,

aumento del carico generale, il concetto di fatigue state, parametri e test per avanzare alla fase successiva, atto di riabilitare la cartilagine dopo un intervento legamentoso - SESSIONE PRATICA.

**10:00 - 11:15** RITORNO ALL'ALLENAMENTO - RETURN TO TRAIN (RTT)

· L'approccio progressivo e i test, la proposta per il RTT sulla base della ricerca scientifica con ulteriori spunti, l'allenamento con limitazioni, riabilitare in fatigue state, trasposizione nella pratica clinica - SESSIONE PRATICA.

**11:15 - 11:30** Pausa caffè.

**11:30 - 12:30** IL RAPPORTO TRA FISIOTERAPISTA E PREPARATORE ATLETICO

· Imparare l'uno dall'altro, profili professionali e grandi differenze da Stato a Stato, the Italian Job, paradossi di nazioni nelle quali non c'è un percorso universitario per preparatori atletici, la figura del fisioterapista sportivo e dello Strength and Conditioning Specialist/Coach: la prassi nel mondo.

**12:30 - 13:30** Pausa pranzo.

**13:30 - 14:30** LA FASE AVANZATA

· Programmare l'iter, la validità ecologica in

riabilitazione, programma pliometrico, corsa/ accelerazioni/scatti, cambi di direzione, core++, incrementi/variazioni del carico, ripresa graduale degli allenamenti: senza contatto/base, senza contatto/avanzato, contatto/base, contatto/avanzato, riabilitare in fatigue state, criteri per avanzare alla fase seguente (testare mese per mese) - SESSIONE PRATICA.

**14:30 - 15:45** RITORNO ALLA PRATICA SPORTIVA - RETURN TO SPORT (RTS)

· L'approccio progressivo e i test, la nostra proposta per il RTS sulla base della ricerca scientifica con ulteriori spunti, testare in fatigue state, trasposizione nella pratica clinica, cosa succede se l'atleta non supera i test per il RTS (livello amatoriale/semi professionistico/professionistico) - SESSIONE PRATICA.

**15:45 - 16:00** Pausa caffè.

**16:00 - 16:30** PROGRAMMI DI PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI DELL'ACL

· Efficaci e gratuiti: rapida panoramica e valutazione critica sul perché non siano utilizzati abbastanza.

**16:30 - 17:30** DOMANDE E RISPOSTE – CHIUSURA DEL CORSO

· Domande e dubbi, valutazione ECM, consegna degli attestati di partecipazione e chiusura del corso.

## **MODULO 5**

**8 Maggio 2025**

· **SPORTING ANKLE** (E. Delahunt - Irlanda)

**09:00 - 09:30** Registrazione partecipanti.

**09:30 - 09:45** Introduzione al corso.

**09:45 - 10:30** Revisione dell'anatomia dell'articolazione della caviglia.

**10:30 - 11:15** Meccanismi lesionali della caviglia nello sport, dalle lesioni legamentose mediali e laterali agli infortuni coinvolgenti la sindesmosi: analisi video di infortuni reali e occorsi per caso durante la conduzione di studi clinici, valutazione di modelli cinematici.

**11:15 - 11:30** Pausa caffè.

**11:30 - 12:15** Epidemiologia degli infortuni alla caviglia sport per sport.

**12:15 - 13:00** Come prevenire gli infortuni alla caviglia nello sport?

**13:00 - 14:00** Pausa pranzo.

**14:00 - 15:00** La diagnosi delle distorsioni acute di caviglia nello sport: i concetti chiave che deve

- conoscere un fisioterapista sportivo.
- 14:00 - 15:45** La diagnosi delle distorsioni acute di caviglia nello sport: la pratica essenziale per tutti i fisioterapisti a contatto con gli atleti sul campo. [pratica]
- 15:45 - 16:00** Pausa caffè.
- 16:00 - 17:00** Il trattamento degli infortuni alla caviglia basato sulle evidenze scientifiche in sports medicine: qual è l'evidenza corrente? [teoria e pratica]
- 17:00 - 17:45** La Chronic Ankle Instability (CAI), l'instabilità cronica di caviglia: cos'è, come prevenirla, come trattarla. [teoria e pratica]
- 17:45 - 18:00** Domande e risposte, revisione, discussione finale.

## **9 Maggio 2025**

- **SPORTING ANKLE** (E. Delahunt - Irlanda)
- 09:00 - 09:15** Il Rehabilitation Oriented ASsessmentT (ROAST): il consensus statement dell'International Ankle Consortium per la migliore riabilitazione possibile imperniata sulla valutazione.
- 09:15 - 10:25** Valutazione e riabilitazione dell'equilibrio statico. [teoria e pratica]
- 10:25 - 10:40** Pausa caffè.

- 10:40 - 12:00** Valutazione e riabilitazione dell'equilibrio posturale dinamico. [teoria e pratica]
- 12:00 - 13:00** Pausa pranzo.
- 13:00 - 14:00** Terapia manuale basata sulle evidenze scientifiche. [teoria e pratica]
- 14:00 - 15:00** Forza, pliometria e controllo neuromuscolare. [teoria e pratica]
- 15:00 - 16:00** Utilizzo di tutori e bendaggi basato sulle evidenze. [teoria e pratica]
- 16:00 - 16:15** Come quantificare oggettivamente il successo della riabilitazione.
- 16:15 - 16:30** Domande e risposte, revisione, discussione finale, valutazione ECM.

## **10 Maggio 2025**

- **SPORTS MANUAL THERAPY OF THE UPPER & LOWER LIMB AND SPINE** (B. Curtis - USA)
- 09:00 - 09:30** Registrazione e presentazione del corso.
- 09:30 - 10:30** Sessione 1 - Comprendere gli infortuni sportivi degli arti superiori e inferiori.
- 10:30 - 10:45** Pausa caffè.
- 10:45 - 12:00** Sessione 2 - Biomeccanica e carichi sul corpo nello sport.
- 12:00 - 13:00** Pausa pranzo.
- 13:00 - 14:30** Sessione 3 - Anatomia e funzione delle strutture degli arti superiori e inferiori.

- 14:30 - 14:45** Pausa caffè.
- 14:45 - 16:30** Sessione 4 - Tecniche di valutazione soggettiva e oggettiva degli infortuni sportivi.
- 16:30 - 18:00** Sessione 5 - Workshop pratico di valutazione. Domande e risposte, revisione, discussione finale.

## **11 Maggio 2025**

- **SPORTS MANUAL THERAPY OF THE UPPER & LOWER LIMB AND SPINE** (B. Curtis - USA)
- 09:00 - 10:30** Sessione 6 - Progettazione di programmi di riabilitazione personalizzati per lesioni sportive degli arti superiori.
- 10:30 - 10:45** Pausa caffè.
- 10:45 - 12:00** Sessione 7 - Progettazione di programmi di riabilitazione personalizzati per lesioni sportive degli arti inferiori.
- 12:00 - 13:00** Pausa pranzo.
- 13:00 - 14:30** Sessione 8 - Strategie di gestione stagionale per gli infortuni agli arti superiori.
- 14:30 - 14:45** Pausa caffè.
- 14:45 - 16:30** Sessione 9 - Strategie di gestione stagionale per gli infortuni agli arti inferiori.
- 16:30 - 17:30** Sessione 10 - Integrazione delle pratiche basate sull'evidenza nella riabilitazione sportiva. Domande e risposte, revisione, discussione finale, valutazione ECM.

## **MODULO 6**

### **20 Giugno 2025**

- **STRENGTH & CONDITIONING, INJURED ATHLETES RECOVERY & HEALTHY PLAYERS' PERFORMANCE MAXIMIZATION** (P. Comfort - UK)

- 09:00 - 10:15** I principi S.A.I.D. ed il carico progressivo.
- 10:15 - 10:30** Pausa caffè.
- 10:30 - 12:30** Esecuzione di esercizi per la parte inferiore del corpo (bilaterale, posizione divisa e unilaterale) - Pratica.
- 12:30 - 13:30** Pausa pranzo.
- 13:30 - 14:45** Metodi di allenamento per la forza (allenamento continuo della forza).
- 14:45 - 15:45** Power Training – (Allenamento balistico e pliometrico)- Pratica.
- 15:45 - 16:00** Pausa caffè.
- 16:00 - 17:00** Progettazione del programma - Forza.
- 17:00 - 18:00** Casi studio sulla progettazione del programma (forza). Domande e risposte, revisione, discussione finale.

### **21 Giugno 2025**

- **STRENGTH & CONDITIONING, INJURED ATHLETES RECOVERY & HEALTHY PLAYERS' PERFORMANCE MAXIMIZATION** (P. Comfort - UK)

- 09:00 - 10:15** Metodi di allenamento della potenza.

- 10.15 - 10.30** Pausa caffè.
- 10.30 - 12.30** Esecuzione di esercizi di sollevamento pesi - Pratica.
- 12.30 - 13.30** Pausa pranzo.
- 13.30 - 14.45** Monitoraggio delle prestazioni degli atleti.
- 14.45 - 15.45** Programmazione di esercizi di sollevamento pesi.
- 15.45 - 16.00** Pausa caffè.
- 16.00 - 18.00** Casi studio sulla progettazione del programma (potenza). Domande e risposte, revisione, discussione finale, valutazione ECM.

## **22 Giugno 2025**

### **• TRAINING PERIODIZATION FOR REHABILITATION & PERFORMANCE (P. Comfort - UK)**

- 09:00 - 10:15** Revisione del Sovraccarico Progressivo e del S.A.I.D. Sviluppo sequenziale delle qualità fisiche.
- 10:15 - 10:30** Pausa caffè.
- 10:30 - 12:00** Jump Training – Progressioni e regressioni per performance e riabilitazione - Pratica.
- 12:00 - 13:00** Analisi dei bisogni: valutazione e monitoraggio delle prestazioni.
- 13:00 - 14:00** Pausa pranzo.
- 14:00 - 15:15** Periodizzazione.
- 15:15 - 15:30** Pausa caffè.
- 15:30 - 17:30** Casi studio. Domande e dubbi, consegna degli attestati di partecipazione.



# **FACULTY DI ISTRUTTORI** **INTERNAZIONALI**



**MARTIN ASKER**

DN, Sports Medicine  
Therapist, PhD.



**MATTIA BELLUZZI**

Psicologo dello Sport, MS,  
PhD Student in Exercise  
and Sport Sciences.



**ALESSANDRO BINI**

Dottore Magistrale in Alimentazione,  
Nutrizione Umana e Promozione  
della Salute.



**PAUL COMFORT**

PhD, CSCS\*D, ASCC.



**BOBBY CURTIS**

PT, DPT, SCS, CSCS, RKC.



**EAMONN DELAHUNT**

PhD, BSc, SMISCP, Professor at University  
College Dublin, Honorary Associate  
Professor at University of Sydney.

# **FACULTY DI ISTRUTTORI INTERNAZIONALI**



**LUIGI DI FILIPPO**  
MSc – DPT - OMPT - CO.



**MARCO FERRELLI**  
Fisioterapista, co-fondatore Fisiolab  
e Loft Roma, ex fisioterapista  
ufficiale della prima squadra  
maschile della A.S. Roma.



**LEE HERRINGTON**  
PhD, MSc, Sports PT, Senior  
Lecturer at University of Salford.



**PAOLO MARIGHETTO**  
Fisioterapista, OMPT.



**LUCA MASCIA**  
MS, ex-fisioterapista  
AC Chievo Verona.



**SEBASTIANO NUTARELLI**  
PhD student, MS Biomechanics,  
Sports PT, Clinical Researcher.

# FACULTY DI ISTRUTTORI INTERNAZIONALI



**ROALD OTTEN**

PT, MSc Sports Physiotherapist,  
MSc Orthopedic Manual Physical  
Therapist, Specialist in Hip and  
Groin Pain in Athletes.



**PAOLO PERNA**

PDP Physio Chelsea FC (UK),  
PhD student.



**MIRIAM ROSA**

MSc, MS (3), Presidente  
Gis-Sport.



**IGOR SANCHO**

PT, PhD, Professore all'Univeristà  
di Deusto, Spagna.



**THOMAS ZANDONAI**

PhD, MSc, Postdoctoral  
Researcher on Doping.



# VERONA

## MCARE - Fisio & Sportclinic

# 100 CREDITI ECM

Con rilascio di certificato Age.Na.S.  
ente del Ministero della Salute

Corso aperto a: **fisioterapisti, medici, studenti laureandi in fisioterapia o medicina, MFT con equipollenza FT**

Costi del corso:

- Formazione completa: **€ 4.275**
- Early Booking: **€ 3.645**
- Quota Gruppi: **€ 3.595**
- Quota Studente Universitario: **€ 3.545**
- Quota Gruppi Studenti Universitari: **€ 3.495**
- Prezzo Agevolato Soci Gis Sport Aifi e PhisioVIP Card: **€ 3.445**

\*scadenza degli sconti 30/09/2024

I moduli tenuti dagli esperti internazionali di questo evento saranno svolti in **lingua italiana** o in **lingua inglese**, in quest'ultimo caso tradotti consecutivamente in lingua italiana.

## Max partecipanti 36

 **PHISIOVIT**

 0761.221482     [info@phisiovit.it](mailto:info@phisiovit.it)

 377.3796477     [www.phisiovit.it](http://www.phisiovit.it)

Seguici sui social

