

PHISIOVIT

SPORTS PHYSICAL THERAPY CERTIFICATION

In partnership con

GISPT PATHWAY TO IIASPT

NSCA CEU APPROVED 2027

In collaborazione con

SPORTS REHAB

Location evento

10X ATHLETICS



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



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

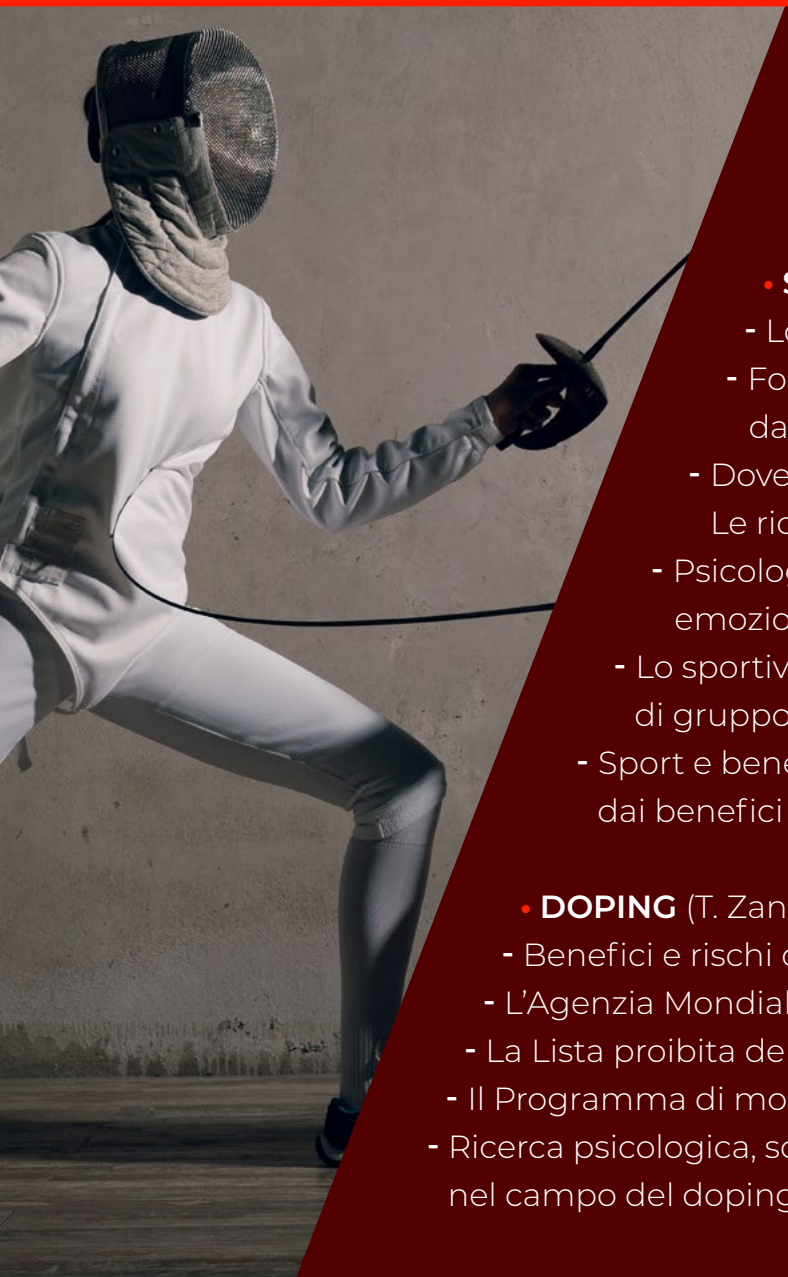
sportiva in corso al momento dell'infortunio a un atleta, sia in setting d'allenamento che di partita o competizione, il **lavoro in team** multidisciplinare con lo staff medico di persona o a distanza, riferire o meno lo sportivo in pronto soccorso o a uno specialista e con quale indicazione, assistere 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 progressione 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 formati 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

6 Novembre 2026

• **INJURY RISK REDUCTION STRATEGIES E LOAD MONITORING & MANAGEMENT** (G. Radici - Italia)

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.
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.

7 Novembre 2026

• **SPORTS BIOMECHANICS: MONITORING MOVEMENT AND MEASURING STRENGTH FOR ATHLETE'S OPTIMAL REHABILITATION & PERFORMANCE**
(S. Nutarelli, F. Costanzo - 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 analyis 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.

8 Novembre 2026

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

(S. Nutarelli, F. Costanzo - Svizzera)

09:00 - 09:30 L'oggettivazione della forza ed i suoi parametri.

09:30 - 10:20 Biofeedback neuromuscolare ed sEMG (elettroneuromiografia 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 forza: Mid Thigh Pull, Counter Movement Jump/CMJ, CMJ rebound e multi-rebound test, ricerca scientifica correlata e analisi di come utilizzare i dati ricavati per profilare l'atleta in ottica riabilitativa e/o di performance. [SESSIONE PRATICA]

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 chiusura della giornata formativa.

MODULO 2

10 Dicembre 2026

• **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.

11 Dicembre 2026

• **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-omerale (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.

12 Dicembre 2026

• **SPORTS MANUAL THERAPY OF THE UPPER & LOWER LIMB AND SPINE** (C. R. Ratliff - 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.

13 Dicembre 2026

- SPORTS MANUAL THERAPY OF THE UPPER & LOWER LIMB AND SPINE (C. R. Ratliff - 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.

MODULO 3

28 Gennaio 2027

- 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.

29 Gennaio 2027

• 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.

30 Gennaio 2027

• 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.

31 Gennaio 2027

• 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.

MODULO 4

11 Marzo 2027

• 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.

12 Marzo 2027

• 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 Domande e risposte, revisione, discussione finale.

13 Marzo 2027

• MANAGEMENT OF SPORTS KNEE INJURIES
(S. Nutarelli - Svizzera)

09:00 - 09:45 Introduzione al corso
· Epidemiologia e patomeccanica delle lesioni al ginocchio nello sport

09:45 - 11:00 Diagnosi delle lesioni al ginocchio nello sport
· Valutazione clinica

11:00 - 11:15 Pausa caffè

11:15 - 11:40 Quanto sono validi e riproducibili gli studi scientifici pubblicati sulla riabilitazione del ginocchio (focus LCA)? Come possono i clinici progettare e migliorare la riabilitazione del LCA unendo scienza e biomeccanica?

11:40 - 11:50 Criteri per essere idonei all'intervento chirurgico al ginocchio: il paziente è pronto?

11:50 - 12:15 Il ginocchio post-chirurgico
· Gestire dubbi e aspettative dei pazienti

12:15 - 12:45 Gestione post-operatoria delle lesioni al ginocchio nello sport
· Ricostruzione di LCA (LCA-R) e lesioni associate (legamentose, meniscali, cartilaginee)
· Restrizioni post-operatorie
· Linee guida cliniche basate su scienza e biomeccanica

12:45 - 13:00 Miti ed evidenze per il raggiungimento dell'omeostasi articolare
· Ghiaccio sì o no?

13:00 - 14:00 Pausa pranzo

14:00 - 15:00 Recupero del ROM (estensione, flessione, mobilità della rotula)
· Tecniche di terapia manuale
· Suggerimenti pratici
· Dispositivi per il recupero del ROM

15:00 - 15:45 Superare l'inibizione del quadricipite con approcci basati sulle evidenze
· Ritorno alla pedalata (e perché)
· Allenamento cardio
· Programma domiciliare parallelo

15:45 - 16:00 Pausa caffè

16:00 - 16:40 Catena cinetica aperta vs chiusa dopo LCA-R
· Linee guida pratiche basate sull'evidenza (focus LCA)

16:40 - 17:10 Recupero della simmetria tra i due arti inferiori nell'immediato post-operatorio
· Influenza della biomeccanica nella riabilitazione
· Valutazione qualitativa dei movimenti monopodalici

17:10 - 17:30 Graft differenti nel LCA-R = stessa riabilitazione?

· Complicanze post-chirurgiche (infezioni, TVP, cyclop lesion, artrofibrosi)
· Equilibrio statico
· Dissociazione del movimento

17:30 - 18:00 Rinforzo muscolare, dal post-chirurgico al ritorno allo sport (RTS).

14 Marzo 2027

• MANAGEMENT OF SPORTS KNEE INJURIES (S. Nutarelli - Svizzera)

09:00 - 10:00 Blood Flow Restriction (BFR) nella riabilitazione del ginocchio sportivo.

10:00 - 11:00 Progressione degli esercizi di forza per i principali gruppi muscolari.
· Core, glutei, hamstrings, quadricipite, calf.

11:00 - 11:15 Pausa caffè.

11:15 - 11:45 Progressioni di salti (jump) e balzi monopodalici (hop).
· Stabilità dinamica.
· Open vs Closed skills.
· Focus attentivo interno Vs esterno.
· Riabilitazione con perturbazione visiva.

11:45 - 13:00 Evidenze e linee guida per l'allenamento (e test) isoinerziale e isocinetico nella riabilitazione post-chirurgica del ginocchio.

13:00 - 14:00 Pausa pranzo.

14:00 - 14:45 Return To Run (RTR).
· Progressioni, evidenze disponibili, focus su cartilagine e criteri/parametri per autorizzare il RTR.

14:45 - 15:45 Return To Train (RTT).
· Progressioni, agility, evidenze disponibili e criteri/parametri per autorizzare il RTT.

15:45 - 16:00 Pausa caffè.

16:00 - 16:30 Esercizi di decelerazione e cambi di direzione.

16:30 - 17:20 Return To Sport (RTS).
· Progressioni, evidenze disponibili e criteri/parametri per autorizzare il RTS.

17:20 - 17:30 Domande e risposte, revisione, discussione finale.

MODULO 5

8 Aprile 2027

• THE SPORTING FOOT AND ANKLE (C. Griffin - Irlanda)

09:00 - 09:15 Introduzione al corso.

09:15 - 09:45 Anatomia funzionale di piede e caviglia.

09:45 - 10:15 Biomeccanica applicata al gesto sportivo.

10:15 - 11:00 Eziopatogenesi dei traumi di caviglia nello sport. **[Teoria]**
• Distorsioni laterali, mediali e sindesmosiche.
• Fratture di caviglia.
• Artrosi tibio-tarsica.
• Impingement anteriore e posteriore.
• Lesioni osteocondrali.

11:00 - 11:15 Pausa caffè.

11:15 - 11:45 Principali infortuni sportivi del piede. **[Teoria]**
- Lesioni da stress osseo.
- Fascite plantare e sue varianti.
- Tendinopatie.
- Patologie articolari del piede.
- Intrappolamenti nervosi periferici.
- Infortuni su base infiammatoria.

11:45 - 13:00 Test diagnostici per le principali patologie di piede e caviglia. **[Pratica]**

13:00 - 14:00 Pausa pranzo.

14:00 - 14:30 Valutazione dell'appoggio plantare, funzionalità e range articolare. **[Pratica]**

14:30 - 15:00 Analisi del cammino e della corsa. **[Teoria e pratica]**

15:00 - 15:45 Test di forza e funzionaltà muscolare. **[Teoria e pratica]**

15:45 - 16:00 Pausa caffè.

16:00 - 16:45 Valutazione di forza esplosiva e reattiva. **[Teoria e pratica]**

16:45 - 17:45 Strategie di prevenzione precoce per evitare cronicizzazioni. **[Teoria]**

17:45 - 18:00 Chiusura giornata - Q&A e revisione dei contenuti della giornata.

9 Aprile 2027

• THE SPORTING FOOT AND ANKLE (C. Griffin - Irlanda)

09:00 - 10:00 Prescrizione dell'esercizio per l'arto inferiore e adattamenti neuromuscolari. **[Teoria e pratica]**
- Attivazione neuromuscolare.
- Incremento di forza.
- Ipertrofia funzionale.
- Adattamenti architetturali

10:00 - 11:00 Allenamento pliometrico e sviluppo della forza esplosiva. **[Teoria e pratica]**

11:00 - 11:15 Pausa caffè.

11:15 - 12:00 Riabilitazione delle distorsioni legamentose di caviglia. **[Teoria e pratica]**

12:00 - 12:30 Gestione e trattamento delle lesioni da stress osseo. **[Teoria]**

12:30 - 13:00 Riabilitazione delle tendinopatie: fascite plantare e tenosinoviti. **[Teoria]**

13:00 - 14:00 Pausa pranzo.

14:00 - 15:30 Riabilitazione funzionale del piede: rinforzo selettivo e controllo motorio. **[Teoria e pratica]**
- Muscolatura intrinseca.
- Muscolatura estrinseca.
- Forza e stabilità del mesopiede.
- Stiffness e propulsione dell'avampiede.

15:30 - 15:45 Pausa caffè.

15:45 - 16:15 Ritorno alla corsa e allo sport. **[Teoria e pratica]**

16:15 - 16:45 Monitoraggio dei fattori di rischio post-infortunio. **[Teoria]**

16:45 - 17:00 Chiusura giornata - Q&A e revisione dei contenuti della giornata.

10 Aprile 2027

• 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 razionale 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.

11 Aprile 2027

• 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.

MODULO 6

28 Maggio 2027

• STRENGTH & CONDITIONING, INJURED ATHLETES RECOVERY & HEALTHY PLAYERS' PERFORMANCE MAXIMIZATION (N. Ripley - 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.

29 Maggio 2027

• **STRENGTH & CONDITIONING, INJURED ATHLETES RECOVERY & HEALTHY PLAYERS' PERFORMANCE MAXIMIZATION** (N. Ripley - 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.

30 Maggio 2027

• **TRAINING PERIODIZATION FOR REHABILITATION & PERFORMANCE** (N. Ripley - 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.



FRANCESCO COSTANZO
Fisioterapista, Cert. Dry Needling, Coord. Team Anca & Groin Pain, Team Biomeccanica.



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.

FACULTY DI ISTRUTTORI INTERNAZIONALI



COLIN GRIFFIN
PhD, OLY, Rehab Specialist at UPMC Sports Surgery Clinic, S&C Coach



PAOLO MARIGHETTO
Fisioterapista, OMPT.



LUCA MASCIA
MS, ex-fisioterapista
AC Chievo Verona.



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



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



GIACOMO RADICI
Fisioterapista Specializzato in Riabilitazione Sportiva, Responsabile Area Fisioterapia Settore Giovanile US Cremonese.

FACULTY DI ISTRUTTORI INTERNAZIONALI



NICHOLAS RIPLEY
CSCS*D, RSCC, ASCC, PSCC, MICSP, FHEA



CHRISTOPHER RILEY RATLIFF
PT, DPT, SCS, CSCS, TSACF.



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.

MILANO

100 CREDITI ECM

10XAthletics

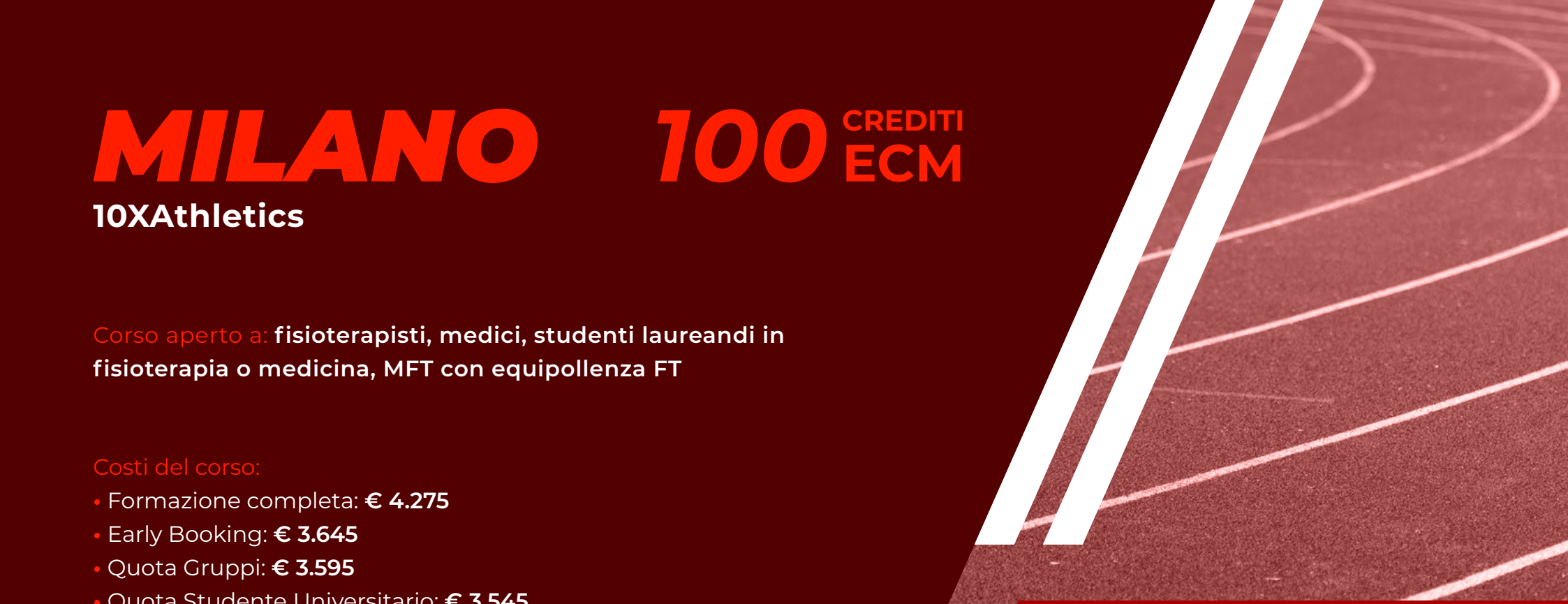
Corso aperto a: **fisioterapisti, medici, studenti laureandi in fisioterapia o medicina, MFT con equipollenza FT**

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**

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

377.3796477

www.phisiovit.it

Seguici sui social