



## Allenamento della forza in Fisioterapia



**Saad Youssef, Fisioterapista OMPT,  
Scienze Motorie e Sportive**

---

Docente a contratto presso il Master in Scienza e  
Pratica in Fisioterapia Muscoloscheletrica - Unimol

### Descrizione del corso:

Cosa è la forza muscolare? Perché è importante conoscere la dimensione delle capacità condizionali per un fisioterapista? In che modo può essere determinante lavorare sul guadagno di forza nel paziente muscolo-scheletrico?

Il crescente interesse sull'argomento da parte dei fisioterapisti e la continua scoperta di nuovi paradigmi di trattamento richiedono una conoscenza approfondita dei meccanismi alla base dello sviluppo della forza nel paziente, come nell'atleta.

Il corso affronterà il tema della forza in fisioterapia illustrandone l'anatomo-fisiologia e i fattori maggiormente determinanti, l'importanza della forza muscolare nella gestione del paziente muscolo-scheletrico, e l'impatto sulla salute generale.

Verrà analizzata la teoria che domina l'incremento della forza muscolare, la metodologia legata a questo ambito, e verranno proposte le tecniche di incremento della forza con le possibili applicazioni pratiche. Saranno affrontati i più efficaci e conosciuti esercizi di forza, ne verrà discusso e descritto l'aspetto tecnico, didattico e le più frequenti problematiche legate alla capacità di svolgere un esercizio in presenza di impairment fisico o dolore muscolo-scheletrico. Saranno evidenziati inoltre i limiti e le difficoltà durante la pratica clinica nel proporre un programma riabilitativo basato sull'allenamento della forza, verranno discusse le possibili soluzioni.



25 Posti (\*)



16 ore – 2 giorni



21,7 crediti ECM



Prezzi

**DESTINATARI:**

Fisioterapisti, Medici  
Specialisti in  
Reumatologia, Medicina  
Fisica e Riabilitativa,  
Neurologia, Medicina  
dello Sport, Ortopedia e  
Traumatologia

\*Max 3 studenti CDL in  
fisioterapia e medicina

179 € IVA Incl.

Lingua del corso:

Italiano

Test finale ECM: Sì

Early bird

299 € (IVA inclusa)

Prezzo intero

349 € (IVA inclusa)

Sconto Gruppi da 3 (5%)

285€ Early bird

330€ Prezzo Intero

Sconto Gruppi da 5 (10%)

269€ Early bird

315€ Prezzo Intero

Sconto Iscritti GTM (15%)

299€ Prezzo Intero

Sconto Iscritto Club(10%)

269€ Early bird

315€ Prezzo Intero

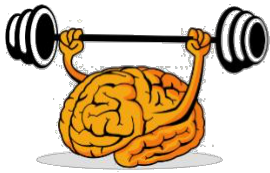
Gli sconti non sono cumulabili

**Docente: Saad Yousef**, fisioterapista, OMPT, Scienze Motorie e Sportive.

Libero professionista

Docente a contratto presso il Master in Scienza e Pratica in Fisioterapia Muscoloscheletrica.  
Titolare dell'insegnamento di "Metodologia della fisioterapia muscoloscheletrica".

Certified Mulligan Practitioner



**FISIO**<sup>®</sup>  
SCIENCE

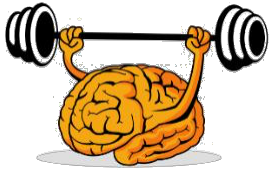
## PROGRAMMA

### Giorno 1

Orario	Argomento	Durata
8:30	Registrazione Partecipanti	
9:00	Allenare la forza: perché?	1 ora
10:00	Le capacità condizionali, la disfunzione muscolo-scheletrica, l'importanza del movimento.	1 ora
11:00	Coffee Break	15 minuti
11:15	Anatomia e fisiologia della forza: dalla fibra muscolare alla RFD	2 ore
13:15	Pausa Pranzo	1 ora
14:15	Criteri e strategie per lo sviluppo della forza muscolare	2 ore
16:15	Coffee Break	15 minuti
16:30	Criteri e strategie per lo sviluppo della forza muscolare	1:30 ore
18:00	Conclusione	

### Giorno 2

Orario	Argomento	Durata
8:30	Registrazione Partecipanti	
9:00	Criteri e strategie per lo sviluppo della forza muscolare e applicazioni cliniche	1 ora
10:00	Esercizi in CCC: lo squat. Tecnica e Didattica (Pratica)	2 ore
12:00	Coffee Break	15 minuti
12:15	How much is too much?	1 ora
13:15	Pausa Pranzo	1 ora
14:15	Esercizio di forza e dolore (Pratica)	1 ora
15:15	Warm up e post-activation potentiation	45 minuti
16:00	Coffee Break	15 minuti
16:15	Altri determinanti la forza: analisi critica	45 minuti
17:00	Esercizi in CCC: lo stacco da terra. Tecnica e didattica (Pratica)	1 ora
18:00	Conclusione	
18:30	Somministrazione questionario ECM	



**FISIO**<sup>®</sup>  
SCIENCE

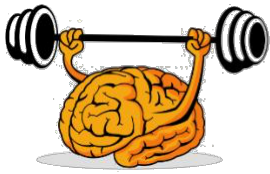
## **EDIZIONI**

**1° Edizione: Roma, 5-6 Novembre 2022**

**Sede del corso:** Crossfit Pietralata, Via Pietralalta 263, 00158 Roma

**2° Edizione: Alghero, 10-11 Dicembre 2022**

**Sede del corso:** Crossfit Alghero, Via dei Pescatori 16, 07041 Alghero (SS)



**FISIO**<sup>®</sup>  
SCIENCE

## PREZZI

- EARLY BOOKING: 299€ IVA inclusa
  - Edizione Roma 5-6 Novembre 2022: **Scadenza 1 Ottobre 2022**
  - Edizione Alghero 10-11 Dicembre 2022: **Scadenza 8 Novembre 2022**
- FULL QUOTE: 349€ IVA inclusa
- QUOTA STUDENTI CdL in Fisioterapia: 179€ IVA inclusa (3 posti disponibili)
- GRUPPO DA 3 (EARLY BOOKING): 285€ IVA inclusa
  - Edizione Roma 5-6 Novembre 2022: **Scadenza 1 Ottobre 2022**
  - Edizione Alghero 10-11 Dicembre 2022: **Scadenza 8 Novembre 2022**
- GRUPPO DA 3 (FULL QUOTE): 330€ IVA inclusa
- GRUPPO DA 5 (EARLY BOOKING): 269€ IVA inclusa
  - Edizione Roma 5-6 Novembre 2022: **Scadenza 1 Ottobre 2022**
  - Edizione Alghero 10-11 Dicembre 2022: **Scadenza 8 Novembre 2022**
- GRUPPO DA 5 (FULL QUOTE): 315€ IVA inclusa
- ISCRITTO FISIOSCIENCE CLUB (EARLY BOOKING): 269€ IVA inclusa
  - Edizione Roma 5-6 Novembre 2022: **Scadenza 1 Ottobre 2022** Edizione Alghero 10-11 Dicembre 2022: **Scadenza 8 Novembre 2022**
- ISCRITTO FISIOSCIENCE CLUB (FULL QUOTE): 315€ IVA inclusa
- PREZZO SOCIO GTM (SOLO IN FULL QUOTE): 299€ IVA inclusa



**FISIO**<sup>®</sup>  
SCIENCE

## Per iscriversi

### STEP 1

Effettua il bonifico inserendo nella causale: *NOME/COGNOME, TITOLO DEL CORSO, SEGUITO DA "FISIOSCIENCE"*

**BANCA DI RIFERIMENTO:** Banco Popolare, Via Roma, 11, 37035  
San Giovanni Ilarione (VR).

**BENEFICIARIO:** FisioScience srl.

**IBAN:** IT76J0503459760000000001336

### STEP 2

Inviare email a [corsi@fisioscience.it](mailto:corsi@fisioscience.it) con:

1. Copia del bonifico
2. Modulo autorizzazione trattamento dati personali compilato e firmato
3. Diploma di laurea in fisioterapia o titolo equipollente oppure iscrizione all'albo di competenza (foto, fotocopia o copia)

La mancata ricezione di TUTTI i documenti richiesti, non consentirà la partecipazione al corso.

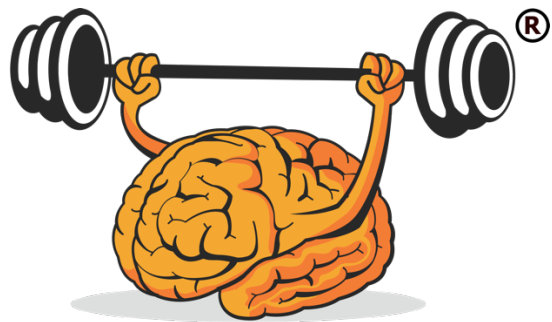
#### Per informazioni contatta:

[corsi@fisioscience.it](mailto:corsi@fisioscience.it)

**Oppure su Whatsapp:**

+39 328 302 5494

A TUTTI I PARTECIPANTI SI CONSIGLIA DI VENIRE CON ABBILGIAMENTO COMODO E  
CONSONO AD UN CORSO PRATICO



---

**FISIO**  
SCIENCE