

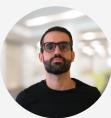
RETURN TO SKILL

Ricostruire accelerazione, decelerazione, sprint e cambio di direzione dopo l'infortunio

Durata: 16 ore | Partecipanti: max. 40 | ECM: 18,4 ECM

Responsabile Scientifico: Roberto Ricupito

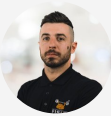
Docenti



Roberto Ricupito

Fisioterapista

Fisioterapista, titolare dello studio Restart Physiotherapy. Laureato in Fisioterapia e in Scienze Motorie, Master in Terapia Manuale presso l'Università degli Studi di Verona. Attivo nell'ambito della riabilitazione sportiva e della performance, con esperienza come preparatore atletico e collaborazioni con atleti e società sportive. Docente FizioScience nei corsi di riabilitazione dell'arto inferiore, lesioni muscolari e tendinopatie.



Giandomenico Campardo

Fisioterapista

Fisioterapista, laureato nel 2011 presso l'Università degli Studi di Trieste con il massimo dei voti e la lode. Formazione post-laurea in terapia manuale e successivo percorso di specializzazione in esercizio terapeutico, con un approccio bio-psico-sociale alla persona. Esperienza clinica nella gestione del dolore persistente e dell'atleta, dalla riabilitazione post-infortunio o post-chirurgica all'incremento della performance atletica. Co-fondatore di FizioScience.

Scheda Docenti (ECM)

Nome e Cognome	Professione	Disciplina	Ente/Libera professione	Descrizione attività
Roberto Ricupito	Fisioterapista	Fisioterapista	Libero professionista	Fisioterapista
Giandomenico Campardo	Fisioterapista	Fisioterapista	Libero professionista	Fisioterapista

Quando e dove si svolge il corso?

Verona (VR)

29-30 maggio 2027

Centro Atlante

Strada Bresciana 14, Verona (VR)

Quota di partecipazione

EARLY BIRD – scadenza sconti: 29 aprile 2027

SINGOLO CORSO

	Early Bird	Intero
Singolo partecipante	499 €	599 €
Gruppo da 3	475 €	570 €
Gruppo da 5	450 €	540 €
Iscritti FisioScience CLUB	450 €	540 €
Studente Universitario *	299 €	399 €

* Solo 3 posti disponibili. È richiesta la copia della carriera o libretto universitario.

Come posso iscrivermi?

È possibile iscriversi al corso direttamente online dal nostro sito con carta di credito o bancomat. Nel caso in cui si effettui l'iscrizione per mezzo del bonifico bancario, è necessario inviarci per email a corsi@fisioscience.it la copia del bonifico.

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

Nel caso tu fossi uno studente e volessi accedere al corso con prezzo agevolato, per ottenere il codice sconto è importante scrivere una email a corsi@fisioscience.it inviandoci la carriera universitaria e specificando a quale corso e data volersi iscrivere. Ottenuto il codice sconto, lo potrai applicare nel carrello durante la fase di acquisto online.

Per informazioni: corsi@fisioscience.it | WhatsApp: **+39 324 533 6024**

È possibile richiedere il rimborso al corso massimo 20 giorni prima della data.

Chi può partecipare?

Il corso è rivolto ai diversi professionisti dell'ambito riabilitativo:

- Fisioterapista
- Medicina Generale (Medici di Famiglia)
- Ortopedia e Traumatologia
- Medicina Fisica e Riabilitazione
- Medicina dello Sport

Prerequisiti. È richiesta una conoscenza di base di anatomia funzionale, biomeccanica, fisiologia della contrazione muscolare (controllo motorio, riflessi spinali, curva lunghezza–tensione, curva forza–velocità) e dei sistemi energetici.

Il corso è strutturato attraverso: lezioni frontali con analisi e correzione dei gesti; laboratorio pratico di testing; progressioni applicate in palestra e trasferibili sul campo per ciascuna skill; discussioni interattive; presentazioni di casi ed esercitazioni pratiche con costruzione guidata del programma.

La valutazione dell'evento formativo è effettuata attraverso l'utilizzo di un questionario a risposta multipla.

Area formativa 18 – Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere.

Descrizione del corso

Dopo un infortunio il percorso riabilitativo si ferma spesso dove comincia lo sport. Il paziente recupera forza, simmetria e fiducia, supera i test di salto, ma nessuno gli ha più insegnato ad accelerare, a frenare, a sprintare e a cambiare direzione. Sono le quattro abilità su cui si gioca lo sport ad alta intensità, i momenti in cui il corpo produce e assorbe le forze più elevate e in cui si concentrano allo stesso tempo la performance e il rischio di re-infortunio. Restano scoperte proprio nella fase in cui il paziente non è più un paziente e non è ancora un atleta.

Questo corso insegna al fisioterapista come si ricostruiscono quelle quattro skill dopo un infortunio, usando gli strumenti che ha davvero a disposizione, cioè lo studio e la palestra. Non è un corso di riabilitazione sul campo, ma è tutto quello che serve perché l'atleta arrivi sul campo con i requisiti già costruiti. Per ciascuna skill vengono affrontati i determinanti biomeccanici che la governano, i principi di Strength & Conditioning che permettono di allenarli, le progressioni tecniche e gli esercizi con cui si riedificano, e i test oggettivi che dicono quando è il momento di progredire.

L'impianto è trasversale per costruzione, perché i requisiti li detta la skill mentre i vincoli li detta la patologia. Per questo il corso costruisce prima l'architettura di ciascuna abilità e poi la lascia calare al partecipante sul singolo quadro clinico attraverso i casi. Il partecipante non riceve un protocollo per patologia, ma il modo di costruirne uno. Un filo conduttore attraversa entrambe le giornate, ed è l'idea che si misura per decidere: ogni skill si chiude con il proprio laboratorio di testing, perché il dato raccolto diventi una scelta allenante e non una descrizione.

Obiettivi formativi

Al termine del corso il partecipante sarà in grado di:

- Comprendere i determinanti biomeccanici delle quattro skill (cinematica whole-body, forze di reazione al suolo e impulso, forze muscolo-tendinee) e riconoscere quali di essi restano deficitari dopo le principali lesioni dell'arto inferiore.
- Tradurre i principi di Strength & Conditioning (relazione forza-velocità, Rate of Force Development, potenza, Stretch-Shortening Cycle e pliometria) nella scelta e nel dosaggio degli esercizi.
- Padroneggiare i framework della decelerazione (braking control e attenuation) e dell'accelerazione (produzione di forza orizzontale).
- Distinguere accelerazione e velocità massima come due fasi dello sprint, con le rispettive differenze di vettore di forza e di tecnica.
- Analizzare il cambio di direzione secondo il modello Brake–Plant–Travel e gestire il conflitto tra performance e rischio di infortunio.
- Utilizzare test oggettivi per misurare i deficit dell'atleta e per guidare la progressione.
- Stabilire i criteri con cui un paziente entra in ciascuna progressione e con cui viene consegnato al lavoro sul campo.
- Applicare i principi appresi a casi clinici, ricavando in autonomia il ragionamento sulla patologia specifica.

Competenze acquisite. Al termine del corso il partecipante è in grado di scegliere i test più adatti a misurare i deficit dell'atleta, di selezionare esercizi e dosaggi mirati sui determinanti che risultano carenti e di costruire un percorso di ricostruzione della skill progressivo, misurabile e sicuro. Sa inoltre riconoscere quando il lavoro in studio e in palestra ha esaurito il proprio compito e il paziente può essere consegnato al lavoro sul campo.

Giorno 1 – Programma

Fondamenti di S&C, Decelerazione e Accelerazione applicata

Orario	Contenuto	Modalità
09:00 – 09:30	Apertura. Perché questo corso: il modello prestativo in termini generali e presentazione delle 4 skill a confronto.	Teoria
09:30 – 11:00	Principi di S&C. Tipi di contrazione, modello di Hill (CE–SEE–PEE), curva forza–velocità e forza–tempo, forza massima, potenza, Rate of Force Development, pliometria e Stretch-Shortening Cycle, fattori neuro-strutturali.	Teoria
11:00 – 11:15	<i>Pausa</i>	
11:15 – 13:00	Principi di S&C applicati alla fisioterapia. Mezzi e metodi di allenamento e criteri di scelta dell'esercizio sulla base dei piani di movimento.	Teoria
13:00 – 14:00	<i>Pausa pranzo</i>	
14:00 – 15:15	Decelerazione. Biomeccanica, braking framework e determinanti tecnici.	Teoria + video
15:15 – 16:30	Decelerazione applicata: progressione. Braking elementary e braking technique.	Teoria + pratica
16:30 – 16:45	<i>Pausa</i>	
16:45 – 17:45	Laboratorio di testing. Come testare la decelerazione: force plate sul landing, CMJ con focus braking, Drop Landing, Drop Jump (leg stiffness e reattività del polpaccio); forza isometrica; lettura delle curve forza–tempo, LSI e profili di deficit.	Laboratorio
17:45 – 18:30	Caso clinico. Applicazione guidata del ragionamento clinico ai contenuti della giornata.	Caso clinico

Giorno 2 – Programma

Sprint e Accelerazione, Cambio di direzione e ragionamento clinico applicato

Orario	Contenuto	Modalità
09:00 – 09:15	Apertura della giornata. Quadro dei contenuti e collegamento con i determinanti visti in Giornata 1.	Plenaria
09:15 – 11:00	Focus Accelerazione. Cos'è lo sprint massimale e come si divide in due fasi (accelerazione e velocità massima). Accelerazione: vettore di forza, tipologia di tecnica e determinanti biomeccanici dalla teoria alla pratica. Profilo F/V orizzontale, video analisi, forza massimale degli hamstrings.	Teoria + pratica
11:00 – 11:15	<i>Pausa</i>	
11:15 – 12:15	Focus Sprint (top speed). Vettore di forza, tipologia di tecnica e determinanti biomeccanici dalla teoria alla pratica. Sprint MAS, Drop Jump, 10/5.	Teoria + pratica
12:15 – 13:00	Laboratorio di testing — accelerazione e sprint. Interpretazione dei dati.	Laboratorio
13:00 – 14:00	<i>Pausa pranzo</i>	
14:00 – 14:30	Cambio di direzione. Brake–Plant–Travel, agility vs COD, angoli e velocità d'approccio.	Teoria + video
14:30 – 16:15	COD in riabilitazione. Quando iniziare (criteri di forza / SJ), approccio gym-to-field (early / mid / late phase).	Pratica
16:15 – 16:30	<i>Pausa</i>	

16:30 – 17:30	Laboratorio di testing — COD. Analisi video e analisi spazio-temporale del 5-0-5.	Teoria + pratica
17:30 – 17:50	Spunti di ragionamento clinico sulla patologia. Recap trasversale: come i requisiti di ogni skill si legano alle diverse condizioni (es. tendinopatia rotulea nella frenata, tendinopatia achillea nello sprint, lesioni muscolari nell'accelerazione).	Casi clinici
17:50 – 18:00	Chiusura. Domande, confronto e chiusura del corso.	Plenaria

Teoria
 Pratica / Laboratorio
 Pausa
 Plenaria / Casi clinici

Materiali didattici

Il corso si basa su materiale didattico originale (deck "Le 4 Skill", Decelerazione, Accelerazione, Cambio di direzione, Principi di S&C) e su bibliografia peer-reviewed integrata (Harper, Dos'Santos, Morin, Bramah, Tourillon e altri). A ciascun partecipante vengono forniti le slide e i fogli di valutazione (test di salto, forza isometrica, batteria polpaccio–Achille).