



Fidal Veneto in collaborazione con Fidal Verona, Comune di Villafranca di Verona, Atl. Villafranca VR e Atl. Insieme VR presentano:

il Seminario Tecnico Scientifico dal titolo:

## “Master Veneti: chi sono, alimentazione e buone prassi di allenamento”

**Venerdì 19 maggio 2023 ore 20.00**

Venerdì 19 maggio 2023 presso l’Auditorium Comunale di Villafranca di Verona sito in Via Rizzini, 7. Si rilasciano **0,5 crediti formativi** per i tecnici FIDAL interessati (Istruttori o Allenatori regolarmente tesserati per l’anno in corso) e che parteciperanno in presenza al seminario.

L’iscrizione è gratuita ma per partecipare (90 posti in presenza), o seguire l’evento via streaming, è **necessario compilare il [Modulo di Iscrizione](#)**.

**Chiusura iscrizioni il 16 maggio alle 21,00.**

Relatori:

- dott. Daniele Aloe: Laureato in Scienze del Servizio Sociale nel 2008, diplomato Allenatore Specialista Fidal in velocità e ostacoli nel 2020, Referente tecnico master Fidal Veneto dal 2021, allenatore presso Atletica Insieme Verona dal 2010 e Presidente di Atletica Villafranca VR dal 2010.



- dott. Cristiano Caporali: Laureato in Scienze della Nutrizione Umana, Laureato in Scienze delle attività motorie e sportive, Laureato in Scienze e tecniche di psicologia cognitiva applicata, Laureato in Scienze dell’Educazione; attualmente Preparatore atletico professionista e biologo nutrizionista, allenatore FITRI.



- dott. Leonardo Tesini: Fisioterapista OMPT, laureato presso l’Università degli Studi di Verona; Master in Riabilitazione dei Disordini Muscolo-Scheletrici presso Università degli Studi di Genova; Atleta presso Atletica Insieme Verona dal 2008 e mezzofondista di valore nazionale; collaboratore tecnico della categoria Ragazzi di Atletica Insieme e futuro Istruttore Fidal. Attuale consigliere provinciale Fidal Verona.



Programma della serata:

Ore 20:00 Arrivo e sistemazione partecipanti

Ore 20:20 Saluti introduzione a cura del presidente di Fidal Verona - **dott. Dino Mascalzoni**

Ore 20:30 Presentazione a cura della consigliera regionale Fidal Veneto - **Rosa Marchi**

Ore 20:40 I<sup>^</sup> Relazione: *“L’Atleta master veneto chi è? ... Cosa emerge dal questionario esplorativo somministrato alle società venete”*

Intervento a cura del **dott. Daniele Aloe**

Ore 21:10 II<sup>^</sup> Relazione: *“Aspetti nutrizionali fondamentali per l’atleta master di potenza e differenze con le necessità nutrizionali dell’atleta master di endurance”*

Intervento a cura del **dott. Cristiano Caporali**

Ore 21:50 III<sup>^</sup> Relazione: *“Aspetti preventivi e riabilitativi nella gestione dell’atleta master ... come prevenire gli infortuni ed ottimizzare la prestazione atletica attraverso il corretto uso dei mezzi di potenziamento”*

Intervento a cura del **dott. Leonardo Tesini**

Ore 22:30 IV<sup>^</sup> Relazione: *“9 anni di esperienza nel settore master ed evoluzione dei mezzi e metodi di allenamento per la velocità e le corse ad ostacoli”*

Intervento a cura del **dott. Daniele Aloe**

Ore 23:00 Question time

Ore 23:20 Chiusura dei lavori

