

# INFORMAZIONI GENERALI

## INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Corso organizzato dal **Comitato Regionale Marche FMSI** si terrà presso l'Hotel Concorde – Via Aspigo Terme 191 – 60021 Camerano (AN).

## CREDITI ECM 7,9 ▪ CREDITI FMSI 5

Il Corso è inserito nel "Programma di Formazione Continua" del Ministero della Salute. La presenza sarà verificata tramite scheda di valutazione e questionario di apprendimento, che dovranno essere compilati e restituiti alla Segreteria Organizzativa al termine dei lavori. Gli attestati ECM saranno inviati successivamente alla conclusione delle attività.

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione, riservata ai soli Medici e Soci Aderenti tesserati FMSI, è gratuita. Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un numero massimo di **50** iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione**, inviando la propria [scheda di iscrizione](#) entro il **04/09/2021** via e-mail a: [cr.marche@fmsi.it](mailto:cr.marche@fmsi.it)

## ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

L'attestato di partecipazione sarà consegnato a tutti i partecipanti regolarmente iscritti che ne faranno richiesta presso il desk della Segreteria Organizzativa al termine dei lavori.

## PER INFORMAZIONI

Per informazioni sulla partecipazione al Corso e di carattere logistico:  
**Comitato Regionale Marche FMSI**, e-mail: [cr.marche@fmsi.it](mailto:cr.marche@fmsi.it)  
Dott. Fabio Santelli, tel.: 348/6937745

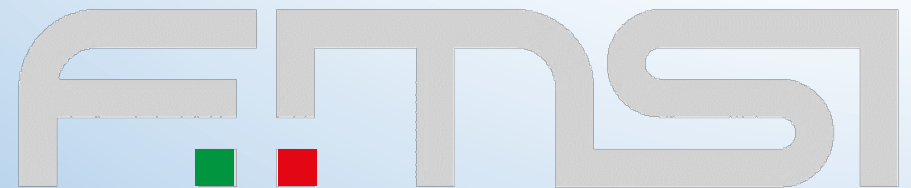


Attività istituzionale di preparazione professionale

## LA PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO

**Camerano (AN) ▪ 11 settembre 2021**

**Hotel Concorde – Zona Aspigo Terme, Casello A14 Ancona Sud**



# RAZIONALE

## *Cari Soci e Colleghi,*

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "La prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Camerano il 11/09/2021 rientra nell'ambito dell'aggiornamento voluto dalla FMSI e proposto ai propri iscritti.

Sull'importanza dell'esercizio fisico come strumento di prevenzione di patologie epidemiologicamente rilevanti e sulla sua utilità terapeutica in alcune malattie, vi è unanime convergenza di vedute. La prescrizione dell'esercizio fisico, laddove supportata da specifiche conoscenze e competenze, consente di personalizzarne la somministrazione, onde ottimizzarne gli effetti. Scopo del Corso è quello di migliorare le conoscenze e competenze specifiche sull'argomento.

Presidente dei lavori  
Fabio SANTELLI  
Presidente CR Marche FMSI

# PROGRAMMA

**Ore 8.45** Registrazione dei partecipanti

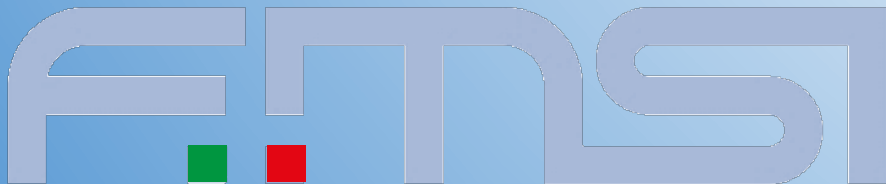
**Ore 9.00** Presentazione del Corso: obiettivi e specificità

Gabriele BRANDONI  
*Consigliere Nazionale FMSI*

Fabio SANTELLI  
*Presidente CR Marche FMSI*

Raoul MAGNANELLI  
*Presidente AMS Ancona FMSI*

Massimo CARDINALI  
*Coordinatore Regionale della Formazione FMSI Marche*



# PROGRAMMA

## SESSIONE I - L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria

**Ore 9.15** L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria nelle patologie sport sensibili.  
*Dott. Antonio GIANFELICI*

## SESSIONE II - La valutazione funzionale per la corretta prescrizione dell'attività fisica

**Ore 9.30** Aspetti generali  
Valutazione antropometrica  
Valutazione del metabolismo aerobico  
Valutazione della forza, della potenza muscolare e della flessibilità  
*Dott. Antonio GIANFELICI*

**Ore 11.15** *Coffee Break*

## SESSIONE III - Metodologia dell'allenamento e prescrizione dell'esercizio fisico

**Ore 11.30** Principi generali dell'allenamento  
Prescrizione esercizi di forza, potenza, flessibilità  
Prescrizione esercizi aerobici  
*Dott. Carlo VARALDA*

**Ore 13.30** *Lunch*

**Ore 14.30** Esercitazioni pratiche: valutazione, prescrizione, esempi di progetti realizzati.  
Lavoro in *focus-group*  
*Dott. Antonio GIANFELICI e Dott. Carlo VARALDA*

**Ore 16.30** Presentazione del rapporto finale dei *focus-group*  
*Dott. Antonio GIANFELICI e Dott. Carlo VARALDA*

**Ore 17.30** Questionario di verifica ECM

**Ore 17.45** Chiusura dei lavori

