

CREDITI ECM

L'attività istituzionale di preparazione professionale è inserita nel "Programma di Formazione Continua" del Ministero della Salute (ECM). 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 tesserati FMSI, è gratuita. Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un **numero massimo 60** iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione entro il 30/11/2013** inviando la [scheda di iscrizione](#) via e-mail a medsport@cnet.it oppure via fax al numero 0171/494418

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

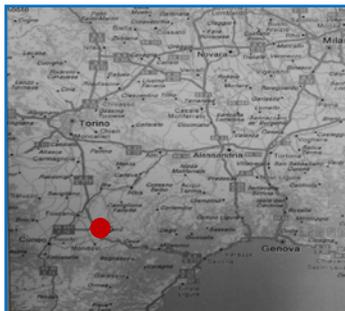
AMS Cuneo FMSI
Presidente Dott. Carlo Villosio
t. 0171/344472 ▪ f. 0171/494418
medsport@cnet.it

SEDE DEL CORSO

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dal Comitato Regionale Piemonte FMSI si terrà presso l'Aula Formazione del Castello di Carrù, Via Stazione 10 - Carrù (sede della Banca Alpi Marittime).

COME ARRIVARE IN AUTO

Autostrada A6 Torino-Savona, uscita Carrù. Superato il casello, svoltare a destra in direzione Carrù. Dopo circa 3km tenere la destra su Viale Vittorio Veneto. Dopo circa 1km, svoltare in piazza Perotti e proseguire in via Stazione. Al numero civico 10 si trova il Castello di Carrù.

**SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

Per informazioni, contattare:

A.T.L. - Azienda Turistica Locale del Cuneese

t. 0171/690217 ▪ info@cuneoholiday.com

www.cuneoholiday.com

CÔNITOURS

t. 0171/698749 - info@cuneohotel.it

www.cuneobooking.com

Centro Provinciale di Medicina dello Sport "Città di Cuneo" FMSI

t. 0171/344472 ▪ f. 0171/494418 ▪ medsport@cnet.it

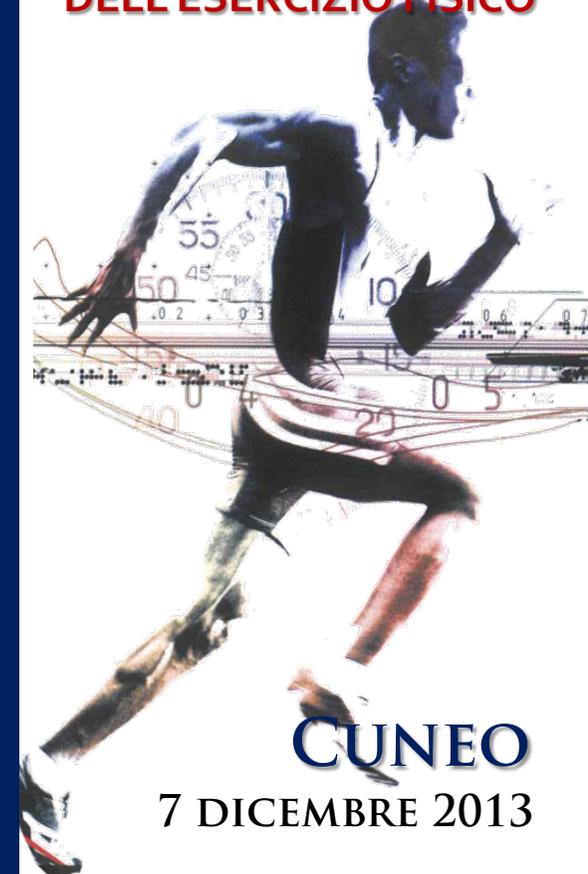
www.medicinadellosporcuneo.it



Federazione Medico Sportiva Italiana

Comitato Regionale Piemonte

LA PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO



CUNEO

7 DICEMBRE 2013

Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Cuneo il 07/12/2013 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 dell'incontro è quello di migliorare le conoscenze e competenze specifiche sull'argomento.

Presidente dei lavori

Prof. Carlo Gabriele GRIBAUDO

Presidente Comitato Regionale Piemonte FMSI

Dott. Fabrizio VERZINI

Coordinatore Regionale della Formazione Piemonte FMSI

INIZIO DEI LAVORI

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione dei lavori
Carlo Gabriele GRIBAUDO
Presidente CR Piemonte FMSI
Fabrizio VERZINI
Coordinatore Regionale della Formazione Piemonte FMSI

Carlo VILLOSIO
Presidente AMS Cuneo

SESSIONE PRIMA

L'ATTIVITÀ FISICA COME MEZZO DI PREVENZIONE PRIMARIA E SECONDARIA

Ore 09.00 L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria nelle patologie sport sensibili. Il ruolo della FMSI nella prescrizione dell'esercizio fisico.
Giovanni Battista Mirri

SESSIONE SECONDA

LA VALUTAZIONE FUNZIONALE PER LA CORRETTA PRESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA. IL MEDICO DELLO SPORT.

Ore 09.45 Aspetti generali
Giovanni Battista Mirri

Ore 10.00 Valutazione antropometrica
Christel Galvani

Ore 10.30 Valutazione della forza, della potenza muscolare e della flessibilità
Christel Galvani

Ore 11.15 Coffee break

Ore 11.30 Valutazione del metabolismo aerobico
Giovanni Battista Mirri

Ore 12.45 Discussione

Ore 13.15 Lunch

SESSIONE TERZA

PRINCIPI GENERALI DI METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO E DI PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO

Ore 14.15 Principi generali dell'allenamento
Christel Galvani

Ore 15.00 Prescrizione esercizi di forza, potenza, flessibilità
Christel Galvani

Ore 15.45 Prescrizione esercizi aerobici
Giovanni Battista Mirri

Ore 16.30 Coffee break

Ore 17.00 Esercitazione: valutazione, prescrizione, esempi di progetti realizzati, ecc.
Giovanni Battista Mirri
Christel Galvani

Ore 17.45 Discussione

Ore 18.00 Questionario di verifica ECM

Ore 18.30 Chiusura dei lavori