

**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 e Soci Aderenti tesserati FMSI, è gratuita.

Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un numero massimo di **70** iscritti, si prega effettuare una **preregistrazione entro il 21 giugno 2014** inviando la [scheda di iscrizione](#) via e-mail a: [laurita.salvatore@tiscali.it](mailto:laurita.salvatore@tiscali.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**

**Delegazione Regionale Basilicata FMSI**

**Delegato Regionale FMSI Basilicata**  
Dottor Rocco Cantore

**Coordinatore Regionale Formazione Basilicata FMSI**

Dottor Salvatore Laurita

tel.-fax 0971/612370 • cell. 349/5375291

[@laurita.salvatore@tiscali.it](mailto:@laurita.salvatore@tiscali.it)

**INFORMAZIONI LOGISTICHE**

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dalla Delegazione Regionale Basilicata FMSI si terrà a **Potenza** presso la **Sala Convegni dell'Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri - Via Vincenzo Verrastro n.3**

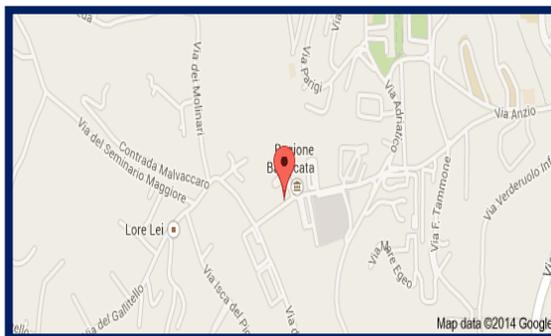
**COME ARRIVARE IN AUTO:**

➔ da Salerno

Dal racc. autostradale Sicignano – Potenza, uscire a Potenza Ovest; poi seguire le indicazioni per «Uffici Regione Basilicata»

➔ da Matera

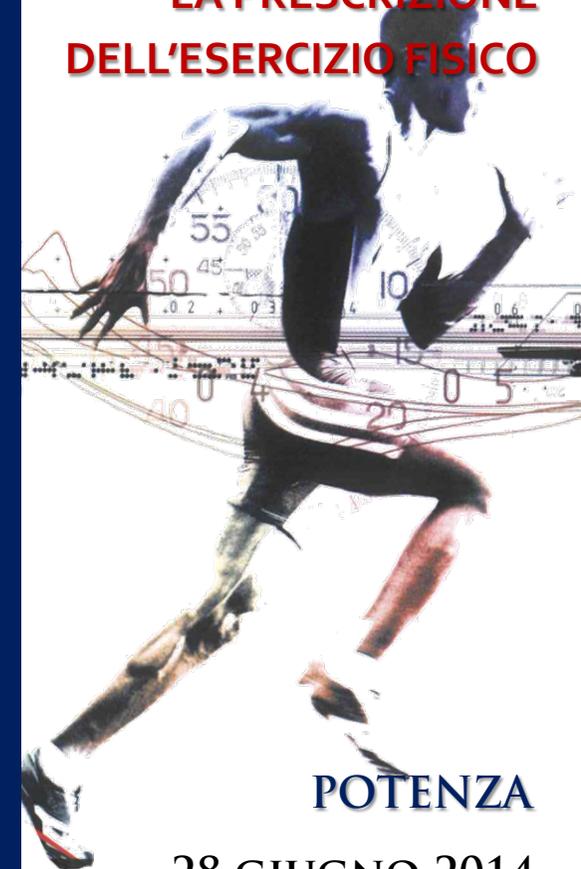
Dalla SS Basentana, uscire Potenza Centro; poi, seguire le indicazioni per «Uffici Regione Basilicata»

**SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare il Dottor Salvatore Laurita [@laurita.salvatore@tiscali.it](mailto:@laurita.salvatore@tiscali.it)



Federazione Medico Sportiva Italiana  
Delegazione Regionale Basilicata FMSI

**LA PRESCRIZIONE  
DELL'ESERCIZIO FISICO**

**POTENZA**

**28 GIUGNO 2014**

## Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Potenza il 28/06/2014 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*

**Dottor Rocco Cantore**

*Delegato Regionale Basilicata FMSI*

**Dottor Salvatore Laurita**

*Coordinatore Regionale della Formazione Basilicata FMSI*

## INIZIO DEI LAVORI

**Ore 08.30** Registrazione dei partecipanti

**Ore 08.45** Presentazione dei lavori  
Rocco CANTORE  
*Delegato Regionale Basilicata FMSI*

Salvatore LAURITA  
*Coordinatore Regionale della Formazione Basilicata FMSI*

### 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.  
*Filippo QUATTRINI*

### SESSIONE SECONDA

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

**Ore 09.45** Aspetti generali  
*Filippo QUATTRINI*

**Ore 10.00** Valutazione antropometrica  
*Corrado MORANDINI*

**Ore 10.30** Valutazione della forza, della potenza muscolare e della flessibilità  
*Corrado MORANDINI*

**Ore 11.15** Coffee break

**Ore 11.30** Valutazione del metabolismo aerobico  
*Filippo QUATTRINI*

**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  
*Corrado MORANDINI*

**Ore 15.00** Prescrizione esercizi di forza, potenza, flessibilità  
*Corrado MORANDINI*

**Ore 15.45** Prescrizione esercizi aerobici  
*Filippo QUATTRINI*

**Ore 16.30** Coffee break

**Ore 17.00** Esercitazione: valutazione, prescrizione, esempi di progetti realizzati, ecc.  
*Filippo QUATTRINI*  
*Corrado MORANDINI*

**Ore 17.45** Discussione

**Ore 18.00** Questionario di verifica ECM

**Ore 18.30** Chiusura dei lavori