

CREDITI ECM 7,1 ▪ CREDITI FMSI 5

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. La partecipazione al Corso permette di ottenere 5 Crediti FMSI.

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 **preregistrazione entro il 23/04/2016** inviando la [scheda di iscrizione](#) via e-mail a: cr.abruzzo@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:

Comitato Regionale Abruzzo FMSI

Presidente CR Abruzzo FMSI

Dottor Vincenzo BIASINI

@ cr.abruzzo@fmsi.it

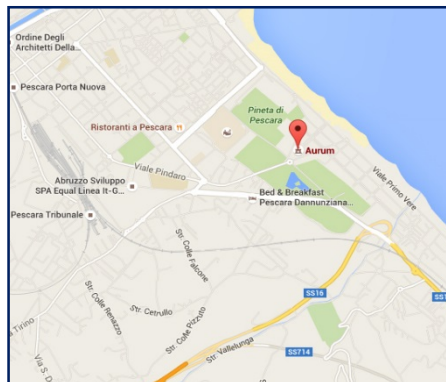
INFORMAZIONI LOGISTICHE

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dal **Comitato Regionale Abruzzo FMSI** si terrà presso AURUM – La Fabbrica delle idee Largo Gardone Riviera – 65126 Pescara Tel. 085 4549508

COME ARRIVARE

In auto → una volta arrivati a Pescara procedere in direzione sud-est da Viale G. Marconi / SS16bis verso Via Conte di Ruvo; alla rotonda proseguire dritto su Viale G. Marconi per 1,4 km; alla 2° rotonda prendere la 3ª uscita Viale Pineta per 650m; alla 3° rotonda proseguire dritto su Viale Luisa D'Annunzio

Con i mezzi pubblici → dalla Stazione Centrale: Linea Urbana n.21

**INFORMAZIONI LOGISTICHE & SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

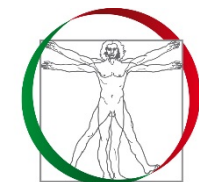
Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattate:

Presidente CR Abruzzo FMSI

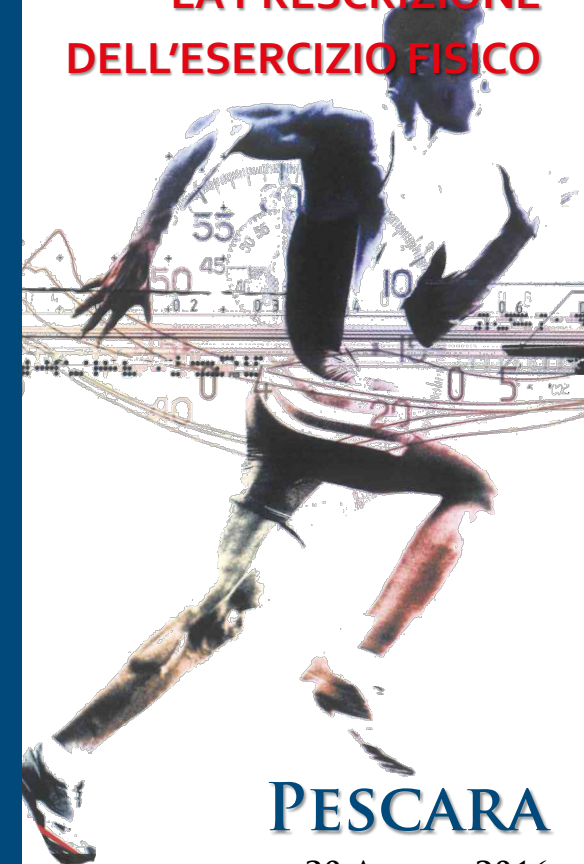
Dottor Vincenzo BIASINI - cr.abruzzo@fmsi.it

Coordinatore Regionale Formazione FMSI

Dottor Luca FALLAVOLITA - luofall79@katamail.com



FMSI
CR ABRUZZO

**LA PRESCRIZIONE
DELL'ESERCIZIO FISICO**

PESCARA

30 APRILE 2016

Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Pescara il 30/04/2016 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
Dott. Vincenzo BIASINI
 Presidente CR Abruzzo

INIZIO DEI LAVORI

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione dei lavori

Dott. Vincenzo BIASINI
 Presidente CR FMSI Abruzzo

Dott. Luca FALLAVOLLITA
 Coordinatore Formazione FMSI Abruzzo

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