

**CREDITI ECM 8,2 ▪ 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 30 iscritti, si prega effettuare una **preregistrazione entro il 04/06/2016** inviando la [scheda di iscrizione](#) 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:  
**Presidente Comitato Regionale Marche FMSI**  
**Dott. Fabio SANTELLI**

@ [cr.marche@fmsi.it](mailto:cr.marche@fmsi.it) • t. 348/6937745

**Coordinatore Formazione Marche FMSI**  
**Dott. Massimo CARDINALI**

@ [cardinali.massi@tiscali.it](mailto:cardinali.massi@tiscali.it) • t. 339/1412492

**Presidente AMS Ancona FMSI**  
**Dott. Raoul MAGNANELLI**

@ [ams.ancona@fmsi.it](mailto:ams.ancona@fmsi.it)

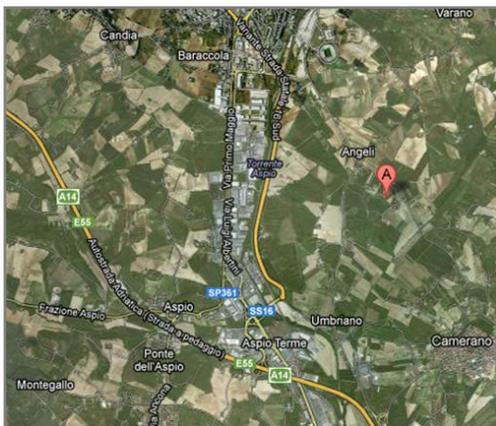
**INFORMAZIONI LOGISTICHE**

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dal **Comitato Regionale Marche FMSI** si terrà presso:

**CONI Regionale Marche - Palarossini**  
Strada Prov.le Cameranense  
60029 Varano di Ancona

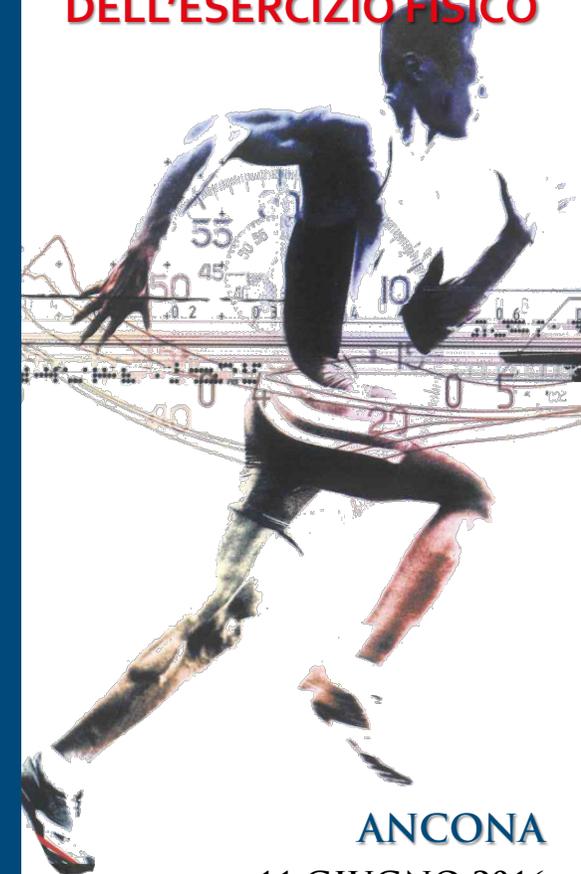
**COME ARRIVARE**

Dal casello autostradale A14 Ancona Sud proseguire in direzione nord frazione Varano di Ancona; proseguire seguendo le indicazioni stradali per Stadio del Conero/Palarossini.

**INFORMAZIONI LOGISTICHE & SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare il Comitato Regionale Marche FMSI:

[cr.marche@fmsi.it](mailto:cr.marche@fmsi.it) -  
[fabsan.comregmarche@libero.it](mailto:fabsan.comregmarche@libero.it)

**LA PRESCRIZIONE  
DELL'ESERCIZIO FISICO**

**ANCONA**  
11 GIUGNO 2016

## Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Ancona l' 11/06/2016 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. Fabio Santelli**  
Presidente CR Marche

## INIZIO DEI LAVORI

**Ore 08.30** Registrazione dei partecipanti

**Ore 08.45** Presentazione dei lavori

Fabio SANTELLI  
*Presidente CR FMSI Marche*

Massimo CARDINALI  
*Coordinatore Regionale Marche della Formazione*

### 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.

*Antonio GIANFELICI*

### SESSIONE SECONDA

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

**Ore 09.45** Aspetti generali  
*Antonio GIANFELICI*

**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  
*Antonio GIANFELICI*

**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  
*Antonio GIANFELICI*

**Ore 16.30** Coffee break

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

**Ore 17.45** Discussione

**Ore 18.00** Questionario di verifica ECM

**Ore 18.30** Chiusura dei lavori