



CORSO DI ALTA SPECIALIZZAZIONE IN RETURN TO PLAY E RETURN TO PERFORMANCE NEL CALCIO

Il Settore Tecnico FIGC promuove un corso di alta specializzazione per chi viene incaricato del RTP del giocatore infortunato.
Il corso è riservato ai Preparatori Atletici già abilitati.

PROGRAMMA DEL CORSO

MODULO 1 3-4 novembre	COVERCIANO	
lunedì (6 ore)		
1 (11.00-13.00)	Saluto delle autorità: presidente, direttore e segretario del ST. Presentazione della struttura del corso.	
	La medicina rigenerativa	Enrico Castellacci
2 (15.00-16.00)	Principi Generali RTP Le competenze, la storia e l'evoluzione della figura, la capacità di adattarsi ad ambienti operativi diversi. L'inserimento dello specialista nella struttura interna del club e nella organizzazione.	Mazzoni - Luison
3 (16.00-17.00)	La prevenzione primaria e secondaria degli infortuni.	Mazzoni - Luison
4 (17.00-19.00)	TAVOLA ROTONDA con i medici e RTP, elementi: • Breve presentazione • Quali conoscenze, competenze e metodologie sono necessarie nelle diverse fasi del percorso di recupero. • Staff sanitario, la struttura interna e l'organizzazione in una società di calcio. • Dalla diagnosi alla prognosi e la metodologia di lavoro. • La comunicazione interna ed esterna al gruppo di lavoro, il linguaggio comune.	



	• Significato di riatletizzazione e rieducazione. • Le differenze tra RTT, RTP, RTperf. • La distinzione tra guarigione e recupero funzionale, quali possibili parametri. • I centri privati per il recupero infortuni esterni al club. • I preparatori atletici, i fisioterapisti ed i consulenti personali dei singoli giocatori, quali criticità. • E' possibile la prevenzione degli infortuni nel calcio? Moderatori: Ferretto Ferretti, Francesco Perondi	
martedì (8 ore)	(Viola Park) ACQUA	
1 (9.00-10.00)	Teoria: Idrokinesiterapia	Stefano Dainelli, Fabrizio Borri
2 (10.00-11.00)	Epidemiologia delle lesioni muscolari; classificazione e meccanismi di infortunio	Luca Pengue
3 (11.00-13.00)	Psicologia e comunicazione: L'influenza dei fattori psicologici sul ritorno allo sport: dalla riabilitazione al ritorno alla performance.	Cristiana Conti
4 (15.00-17.00)	<u>Pratica in acqua</u> (.. portare il costume)	Stefano Dainelli, Fabrizio Borri
5 (17.00-19.00)	Nutrizionista: 1 parte, le diverse indicazioni di integrazione e supplementazione nelle diverse fasi del recupero.	Cristian Petri

LEZIONI ONLINE	
<u>6 novembre</u> • dalle 18 alle 19	Tempi biologici di guarigione. Luca Pengue
• dalle 19 alle 20	Enrico Castellacci, Stefano Mazzoni, Gianni Nanni, Luca Pengue, Luca Stefanini, Piero Volpi, Antonio Zanini <u>Tema, argomento:</u>



MODULO 2 10 - 11 novembre	Isokinetic Bologna - PALESTRA	
lunedì (6 ore)		
1 (11.00-12.00)	Principi di riabilitazione in palestra, Caratteristiche, obiettivi e contenuti	Giovanni La Rosa
2 (12.00-13.00)	Aspetti biomeccanici della riabilitazione dopo ricostruzione del LCA	Francesco Della Villa
3 (15.00-16.00)	Il recupero della forza nel paziente con infortunio muscolare	Gianni Nanni
4 (16.00-17.00)	La Mid-Stage: integrare il recupero della forza nelle priorità di recuperi a lungo termine.	Giovanni La Rosa, Antonio Tamisari
5 (17.00-19.00)	<u>Workshop</u>: (4 gruppi) instabilità del ginocchio, LCM, LCA, la parte da svolgere in palestra per il ritorno alla corsa. Facilitatore: Davide Pisoni	
martedì (8 ore)	Technogym Cesena - PALESTRA	
(8.45-9.00)	WELCOME	<i>Damiano Bernacchini</i>
1 (9.00-10.00)	SEMINARIO AUDITORIUM 1 - Aspetti diversi della Forza e il controllo del movimento in palestra nel percorso RTP del giocatore infortunato.	Giorgio D'Urbano
2 (10.00-11.00)	TECHNOGYM LAB - La tecnologia REV per l'allenamento della forza e il recupero del giocatore infortunato	Damiano Bernacchini
3 (11.00-13.00)	SEMINARIO AUDITORIUM 1 Psicologia e comunicazione: L'analisi della variabilità della frequenza cardiaca nella prevenzione degli infortuni.	Marco Borgese
(13.00-13.30)	Tour del T-Wellness - <i>Damiano Bernacchini</i>	
(13.30-14.30)	Pranzo T-Restaurant	
4 (15.00-16.00)	SEMINARIO AUDITORIUM 1 Metodi alternativi efficaci per il recupero e lo sviluppo della forza: BFR, cross education, criocinetica. - prevenire perdita di forza - favorire i processi di guarigione	Filippo Nannelli



	- accompagnare l'atleta al RTP in quelle situazioni in cui per gravità dell'infortunio (o fase acuta) non è possibile lavorare sulla forza con i metodi tradizionali (oppure controindicazioni al carico).	
5 (16.00-17.00)	T-CENTER <u>Pratica in palestra</u> : Aspetti diversi della Forza e il controllo del movimento in palestra.	Alessandro Pilati
6 (17.00-19.00)	T-CENTER - WORKSHOP: (2+2 gruppi), Infortunio muscolare al tricipite surale (gemello//soleo) Groin Pain, adduttori. I tempi di recupero, accorgimenti metodologici diversi. facilitatori: Stefano Dainelli, Filippo Nannelli	

LEZIONI ONLINE	
<u>13 novembre</u> • dalle 18 alle 19	Prevenzione degli infortuni muscolari. Luca Stefanini
• dalle 19 alle 20	Elettrolisi percutanea nel muscolo e nel tendine. Marco Freschi
<u>18 novembre</u> • dalle 18 alle 19	Enrico Castellacci, Stefano Mazzoni, Gianni Nanni, Luca Pengue, Luca Stefanini, Piero Volpi, Antonio Zanini <u>Tema, argomento:</u>
• dalle 19 alle 20	Tecniche chirurgiche per lesione LCA. Piero Volpi
<u>20 novembre</u> • dalle 18 alle 19	Lesioni muscolari hamstring. Gianni Nanni
• dalle 19 alle 20	Enrico Castellacci, Stefano Mazzoni, Gianni Nanni, Luca Pengue, Luca Stefanini, Piero Volpi, Antonio Zanini <u>Tema, argomento:</u>



MODULO 3 24-25 novembre	MILANELLO - CAMPO	
lunedì (6 ore)		
1 (11.00-13.00)	Psicologia e comunicazione: Invii ed interventi psicologici. Come rendersi conto della necessità del supporto di uno psicologo dello sport.	Lucia Bocchi
2 (14.00-15.00)	Principi teorici della costruzione della seduta in campo QUANDO - COME	Marco Luison
3 (15.00-17.00)	<u>Pratica in campo</u> : le proposte di lavoro “generalì” e specifiche. Le modalità di esecuzione a bassa e media intensità. I tempi di recupero, accorgimenti metodologici diversi	Marco Luison, Andrea Belli
4 (17.00-19.00)	Il training neuro-motorio finalizzato alla risoluzione dei deficit di movimento. I tempi di recupero, accorgimenti metodologici diversi.	Davide Pisoni
martedì (8 ore)	MILANELLO - CAMPO	
1 (9.00-10.00)	La fase finale della rieducazione, “a secco e con palla”: la pliometria.	Andrea Bernasconi
2 (10.00-11.00)	La fase finale della rieducazione, “a secco e con palla”: la velocità, l’alta intensità, CLA, ACC e DEC. La componente sport-specifica nell’ultima fase della rieducazione.	Marco Luison, Andrea Belli
3 (11.00-13.00)	Nutrizionista: 2 parte, le diverse indicazioni di integrazione e supplementazione nelle diverse fasi del recupero.	Alberto Bergantin
4 (15.00-17.00)	<u>Workshop</u> : (2+2 gruppi) Infortunio muscolare agli hamstring, quadricipite. I tempi di recupero, accorgimenti metodologici diversi. facilitatori: Marco Luison, Andrea Belli	
5 (17.00-19.00)	Aspetti diversi delle qualità aerobiche nel giocatore infortunato.	G.S. ROI



LEZIONI ONLINE	
<u>27 novembre</u> dalle 18 alle 19	Litotrissia: nuove strategie terapeutiche osteo muscolo tendinee. Alberto Formis
dalle 19 alle 20	Distorsioni di caviglia. Antonio Zanini
<u>2 dicembre</u> dalle 18 alle 19	Lesioni muscolari quadricipite. Gianni Nanni
dalle 19 alle 20	Recidive delle lesioni muscolari. Piero Volpi
<u>4 dicembre</u> dalle 18 alle 19	Lesioni tendinee. Stefano Mazzoni
dalle 19 alle 20	Tendinosi rotulea ed achillea. Antonio Zanini



MODULO 4 9-10 dicembre	COVERCIANO - VALUTAZIONI	
martedì (6 ore)		
1 (11.00-13.00)	Psicologia e comunicazione: Il contributo del professionista nel supporto dell'atleta infortunato", riferito al professionista non psicologo che collabora con l'atleta.	Cristiana Conti
2 (15.00-16.00)	Dal RTP al RTPerf. I parametri per il monitoraggio del carico. La modulazione del carico, con riferimento al modello di prestazione e al TL settimanale. La prevenzione a lungo termine. Return to play criteria (hamstring).	Fabrizio Borri
3 (16.00-17.00)	Dal fisioterapista al riatletizzatore: il fisioterapista e il preparatore di squadra.	Stefano Dainelli
4 (17.00-19.00)	<u>Workshop:</u> (4 gruppi) Accelerare non basta, impariamo a frenare facilitatore: Davide Pisoni	
mercoledì (8 ore)	COVERCIANO - VALUTAZIONI	
1 (9.00-10.00)	Dal fisioterapista al riatletizzatore: la collaborazione tra fisioterapista e RTP, le criticità nei passaggi tra le diverse fasi del recupero.	Stefano Dainelli
2 (10.00-11.00)	Valutazioni: quali, come, quando in itinere e finali, sia in palestra che in campo. 1 parte	Ermanno Rampinini
3 (11.00-12.00)	Valutazioni: quali, come, quando in itinere e finali, sia in palestra che in campo. 2 parte	Ermanno Rampinini
4 (12.00-13.00)	Infortuni nel calcio femminile.	Luca Gatteschi



5 (15.00-16.00)	Le recidive muscolari e articolari, la gestione.	Gianni Nanni
6 (16.00-17.00)	Rehab e Riatletizzazione, criteri di sicurezza nel RTT e RTP	Nicola Maffiuletti
7 (17.00-19.00)	TAVOLA ROTONDA con medici, RTP, dirigenti di società, allenatori, giocatori • La gestione dell'infortunio: criticità e problemi ricorrenti • considerazioni conclusive Moderatori: Ferretto Ferretti, Francesco Perondi Mentimeter: sondaggio finale	

LEZIONI ONLINE	Interventi dei medici di riferimento (in forma individuale o congiunta) sulle diverse tematiche di loro competenza a. MECCANISMI DI INFORTUNIO ARTICOLARE b. DISTORSIONI DI CAVIGLIA c. TECNICHE CHIRURGICHE DIVERSE LCA	
11 dicembre • dalle 18 alle 19	Calcio femminile: ciclo mestruale e performance, implicazioni nel calcio femminile. Chiara Vignati	
• dalle 19 alle 20	Calcio femminile: riabilitazione nel calcio femminile, evidenze e prospettive per l'atleta infortunata. Ilaria Lancellotti	

N.B. il programma potrebbe subire variazioni per imprevisti e/o cause di forza maggiore

- 4 ore Nutrizione, Integrazione, Supplementazione (2)
- 8 ore Psicologia e comunicazione (4)
- 4 ore di tavole rotonde (2)
- 8 ore di workshop, attività in piccolo gruppo (4)