



Con il patrocinio del  
Comune di Modena  
Assessorato allo Sport



Facoltà di  
Scienze Motorie

---

**NUOVI ORIENTAMENTI  
DELLA PREPARAZIONE ATLETICA  
E APPLICAZIONI PRATICHE  
PER L'ALLENAMENTO SPORTIVO**

---

**Sabato  
16 Dicembre 2006**

**PALAZZETTO DELLO SPORT F. ANDERLINI**

**Via Zucconi - Modena**

## Presentazione del Presidente C.P. CONI di Modena

Dicembre per il nostro Comitato rappresenta, ormai da cinque anni, un appuntamento con gli operatori sportivi di tutte le discipline per parlare di tecnica, di modelli di allenamento ma soprattutto per confrontare le varie competenze. Considerato il notevole successo di partecipazione e di interesse riscosso l'anno scorso relativamente alle applicazioni pratiche, si è ritenuto giusto ripetere l'esperienza anche quest'anno.

Gli argomenti trattati sono di estrema rilevanza scientifica, se a questo aggiungiamo che abbiamo l'onore di poter avere come relatori "Esperti" di grande prestigio nazionale ed internazionale, la giornata risulterà molto stimolante. Ringrazio i componenti dello Staff Tecnico che hanno lavorato per la riuscita dell'evento ed auguro a tutti i partecipanti buon lavoro.

**Franco Bertoli**

## Presentazione del Presidente della Scuola Regionale dello Sport

La giovane Scuola dello Sport del CONI dell'Emilia-Romagna si sta affermando, attraverso le tante proposte formative, un ausilio indispensabile per la crescita culturale del mondo sportivo. I Convegni di Studi, organizzati dal Comitato Provinciale di Modena, ne sono ormai divenuti il fiore all'occhiello. Anche quest'anno, sia per il tema proposto, che per il valore dei relatori, ci attende un appuntamento che desterà l'attenzione dei Tecnici Sportivi, degli Studenti della Facoltà di Scienze Motorie e degli Studiosi in genere delle attività motorie. Nel formulare i più vivi complimenti agli organizzatori, auguro a tutti i partecipanti una giornata di proficuo lavoro.

**Francesco Franceschetti**

## ISCRIZIONI

**La quota di iscrizione al seminario è di € 25 da versare su Bonifico Bancario effettuato a favore di C.P.CONI Modena presso BNL Ag.1 di Modena c/c 100013 -ABI 1005 -CAB 12901 specificando i dati anagrafici personali e la causale del versamento -Seminario monotematico-. Entro Lunedì 11 Dicembre, ogni iscritto dovrà inviare il fax dell'avvenuto pagamento con i relativi dati personali al numero 059-374667 della segreteria organizzativa C.P.CONI di Modena.**

- Sono disponibili 200 posti
- Per la priorità di partecipazione al seminario farà testo la data del fax di avvenuto pagamento.

Segreteria organizzativa

C.P.CONI Modena 059-374633 dal Lunedì al Venerdì dalle 9.00 alle 15.00.

## ACCREDITI

Sabato 16 Dicembre 2006, dalle ore 8.30 alle 9.00, presso la sede del Seminario.

Comitato organizzatore: **Franco Bertoli**  
**Francesco Franceschetti**

Coordinamento: **Luigi Trotta**

# Programma del Seminario

SABATO 16 DICEMBRE 2006

SESSIONE AM

---

ore 8.30      Accredito iscritti

ore 9.00      Saluto Autorità  
**Moderatore: F. Franceschetti**

ore 9.30      “Lo sviluppo della Resistenza alla Velocità e ai Salti negli sport di Squadra richiede un training di tipo più qualitativo”

Recenti acquisizioni e protocolli di applicazione pratica

**G. Cometti**

ore 11.00      Coffee Break

ore 11.15      Ripresa dei lavori

ore 12.00      Dibattito

ore 12.30      Termine dei lavori

SESSIONE PM

---

**Moderatore: F. Franceschetti**

ore 15.00      “Didattica del potenziamento con sovraccarichi in età giovanile “

Esercizi e restrizioni applicative

**G. Alberti - L. Ongaro**

ore 16.30      “Tecniche di allungamento muscolare a confronto”

Modelli e protocolli di applicazione.

**L. Ongaro - G. Alberti**

ore 18.00      Conclusione del Seminario



41100 MODENA  
VIA JOHN KENNEDY, 3  
VILLAGGIO TORRAZZI  
TEL. (059) 25.04.65 - FAX (059) 25.39.92

**Mollificio Modenese** ...

di CIONINI GIUSEPPE & C.

COSTRUZIONE  
MOLLE DI  
OGNI TIPO

**Golinelli**  
INDUSTRIE GRAFICHE  
1931

## Prof. Francesco Franceschetti

- Presidente Scuola Regionale dello Sport

## Prof. Gilles Cometti

- Maître de conférences, Faculté des Sciences du Sport - UFR STAPS Dijon

## Prof. Giampetro Alberti

- Professore Associato, Istituto di Esercizio Fisico, Salute e Attività Sportiva, Facoltà di Scienze Motorie Università degli Studi di Milano

## Prof. Lucio Ongaro

- Docente della Facoltà di Scienze Motorie, Università degli Studi di Milano

---

### Indicazioni per arrivare al Palazzetto dello Sport F. Anderlini Via Zucconi - Modena -

#### \*Macchina

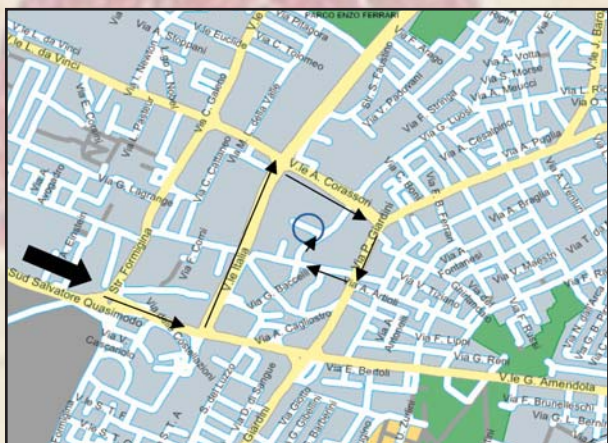
Uscita consigliata Modena Nord.

Svincolo Modena Nord - seguire l'indicazione "Centro", proseguire per circa 1 km, girare a dx direzione Sassuolo, proseguire per alcuni km, girare a dx per "Modena centro" uscita 17/B, proseguire, alla rotonda sempre diritto verso il centro città, al semaforo girare a sx in viale Italia, al secondo semaforo girare a dx viale Corassori, proseguire, al primo semaforo girare a dx via Giardini, proseguire per circa 200 mt., girare a dx viale Schiocchi proseguire per 100 mt. circa girare a dx via Guglielmo Zucconi.

#### \*Treno

Stazione Ferroviaria Autobus n°1 Fermata Banca-Istituto Guarini-Wiligelmo, attraversamento pedonale verso v.le Schiocchi

#### Piantina dello stradario



**Mollificio Modenese** s.r.l.

di CIONINI GIUSEPPE & C.

41100 MODENA  
VIA JOHN KENNEDY, 3  
VILLAGGIO TORRAZZI  
TEL. (059) 25.04.65 - FAX (059) 25.39.92

COSTRUZIONE  
MOLLE DI  
OGNI TIPO

**Golinelli**  
INDUSTRIE GRAFICHE  
1951