

# **RUNNING FISIO: BIOMECCANICA DELLA CORSA E TRATTAMENTO DEGLI INFORTUNI DEL CORRIDORE**

**Codice evento: 14377-150 Edizione: 001**

**15,6 CREDITI ECM**

## **GIORNO 1:**

**Ore 08.45** Registrazione partecipanti

**Ore 09.00 - 09.30** Introduzione

**Ore 09.30 - 11.00** Epidemiologia degli infortuni del runner

**Ore 11:00** Coffee Break

**Ore 11.15 - 13.00** Fattori di rischio per gli infortuni della corsa: anatomia, biomeccanica e forza

**Ore 13:00** pausa pranzo

**Ore 14.00 - 15.00** Valutazione delle scarpe da runner

**Ore 15.00 - 16.45** Biomeccanica del cammino e della corsa su tapis roulant

**Ore 16:45** Coffee Break

**Ore 17.00 - 18.00** Psicologia dello sportivo e valutazione funzionale

**Ore 18:00 Fine della prima giornata**

## **GIORNO 2:**

**Ore 09.00 - 10.45** Trattamento degli infortuni (terapia manuale, esercizio terapeutico, taping)

**Ore 10:45** Coffee Break

**Ore 11.00 - 11.30** Alimentazione dello sportivo

**Ore 11.30 - 13.00** Allenamento (programmi per 10 km, mezza maratona e maratona)

**Ore 13:00 Fine del corso e consegna degli attestati**

## MAGGIORI INFORMAZIONI

**MODALITÀ:** RES

**N. ORE FORMATIVE:** 12

**SEDE DEL CORSO:** Sede Fill The Box srl, Viale Romagna 67/B, Città di Castello, 06012, Perugia

**RESPONSABILE SCIENTIFICO:** Dr. Marco Beneforti

**DESTINATARI ATTIVITÀ FORMATIVA:** Fisioterapisti, Medici dello Sport, Massofisioterapisti  
Altre professioni non ECM: Osteopati, MCB, Preparatori atletici

**AREA FORMATIVA:** Tecnico - professionale

**OBIETTIVO FORMATIVO:** 18 - Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere.

**DOCENTI:** **Marco Beneforti**, laureato in Fisioterapia e master in Fisioterapia sportiva, specializzato nella valutazione e cura dei pazienti con disturbi muscolo scheletrici, vanta numerose esperienze in ambito sportivo professionistico.

### SEDE LEGALE

Fill The Box s.r.l. – Viale Romagna 67/B, 06012  
Città di Castello PG

### CONTATTI

Tel.: +39 0755452144 – Cell.: +39 3384490400  
mail: [info@fillthebox.it](mailto:info@fillthebox.it)