



CORSO DI FISIOTERAPIA SPORTIVA

Dr.ssa Ft. Veronica Balzano Dr. Gianluca Bianco

Dr. Ft. Riccardo Cesaroni Dott. Mattia Digno

Dr. Antonio Fiore Dr. Ft. Gabriele Minardi

Prof. Edoardo Monaco Dr. Ft. Francesco Omarini



STELLA AZZURRA BASKETBALL ACADEMY – ROMA (ITALIA)

PRIMA GIORNATA 19/09/2020 (09.00 – 18.00)

- INTRODUZIONE E PRESENTAZIONE DOCENTI (09.00 – 09.30)
- PRESENTAZIONE DELLA STELLA AZZURRA BASKET E DELL'AREA FISIOTERAPICA (Dr. Ft. Francesco Omarini) (09.30 – 10.00)
 - Presentazione del club e del settore fisioterapico
 - Elenco dei giocatori celebri
 - Conquiste, titoli e premi
- FISIOTERAPIA NELLO SPORT (10.00 – 12.00)
 - Ruolo pratico e clinico del fisioterapista negli sport ad alta performance (Dr.Ft. Riccardo Cesaroni) (10.30 - 11.00)

- Gestione dei rapporti interpersonali fisioterapista/atleta/familiari (Dr. Ft. Gabriele Minardi) (11.00 – 11.30)
- Ruolo del fisioterapista nello sport paralimpico (Dr.ssa Ft. Veronica Balzano) (11.30 –12.00)
- IL MEDICO DELLO SPORT (12.00 - 13.00) (Dr. Antonio Fiore)
 - PAUSA PRANZO (13.00 – 14.00)
- LESIONI CARATTERISTICHE NELLO SPORT (Prof. Edoardo Monaco) (14.00 – 16.00)
 - Principali lesioni negli sport collettivi e individuali
 - Lesioni muscolo-tendinee, articolari e legamentose
 - Principali lesioni di: spalla, caviglia, ginocchio, anca
- FASI DI INTERVENTO NELLA GESTIONE DEL TRAUMA (16.00 - 18.00)
 - PRIMO INTERVENTO FISIOTERAPICO (I FASE) (Dr. Ft. Riccardo Cesaroni)
 - Tecniche di primo soccorso del fisioterapista sportivo
 - Primo soccorso, immobilizzazione e trasferimenti
 - Valutazione del trauma immediato
 - LA LESIONE ACUTA (II FASE) (Dr. Ft. Francesco Omarini)
 - Valutazione del quadro clinico e prognostico
 - Esami medici e diagnostici
 - Come gestire e trattare una lesione
 - RITORNO ALLO SPORT (III FASE) (Dott. Mattia Digno)
 - Rapporto tra preparatore atletico e staff fisioterapico
 - Pianificazione della fase post riabilitativa

SECONDA GIORNATA 20/09/2020 (09.00 – 18.00)

- VALUTAZIONE E PREVENZIONE [TEORIA E PRATICA] (09.00 – 13.00) (Dott. Mattia Digno)
 - Ampiezza del movimento, asimmetrie anatomiche, stabilità del core, controllo neuromuscolare e forza muscolare, rigidità articolare e muscolare, flessibilità.
 - Analisi dei dati raccolti e strategie di intervento
- PAUSA PRANZO (13.00 – 14.00)
- BENDAGGIO FUNZIONALE [TEORIA E PRATICA] (14.00 – 18.00) (Dr. Ft. Francesco Omarini)
 - Concetti di bendaggio funzionale
 - Principali applicazioni

TERZA GIORNATA 10/10/2020 (09.00 – 18.00)

- GESTIONE LOGISTICA (09.00 – 10.00) (Dr. Ft. Francesco Omarini)
 - Pianificazione e organizzazione della strumentazione e dei materiali medici (borsa medica, attrezzature, materiali, ecc..)
- RECUPERO DELL'ATLETA (10.00 – 13.00) (Dr. Ft. Gabriele Minardi - Dott. Mattia Digno)
 - Recupero fisico post partita e allenamento
 - Tecniche fisioterapiche di recupero muscolare (crioterapia, compressione pneumatica e terapia vibratoria)
 - Recupero attivo post gara
- PAUSA PRANZO (13.00 – 14.00)
- TERAPIE FISICHE (14.00 – 16.00) (Dr. Ft. Gabriele Minardi e Dr. Ft. Francesco Omarini)
 - Razionale principali terapie fisiche
 - Protocolli nelle lesioni sportive
- LINFODRENAGGIO [TEORIA E PRATICA] (16.00 - 18.00) (Dr.ssa Ft. Veronica Balzano)

- Tecnica Leduc

QUARTA GIORNATA 11/10/2020 (09.00 – 18.00)

- MASSAGGIO SPORTIVO [TEORIA E PRATICA] (09.00 – 13.00) (Dr. Ft. Francesco Omarini – Dr.ssa Ft. Veronica Balzano)
 - Concetto di massaggio, effetti meccanici e fisiologici, tipi di massaggi e tecniche più comuni, momenti di applicazione (pre, durante e post gara)
 - Massaggio terapeutico nel post traumatico
 - Digitopressione
- PAUSA PRANZO (13.00 – 14.00)
- ESERCIZIO TERAPEUTICO E RIABILITAZIONE PROPIOCETTIVA [TEORIA E PRATICA] (14.00 – 18.00) (Dr. Ft. Minardi Gabriele, Dott. Digno Mattia)
 - Gestione delle lesioni con l'esercizio terapeutico
 - Definizione di propriocezione
 - Principi fisiologici e anatomici
 - Tecniche e utilizzo di PNF e uso di superfici instabili.

QUINTA GIORNATA 14/11/2020 (09.00 – 18.00)

- I Meridiani miofasciali nell'approccio diagnostico e terapeutico alle lesioni dell'atleta (09.00 – 13.00) (Dr. Gianluca Bianco)
- PAUSA PRANZO (13.00 – 14.00)
- MOBILIZZAZIONI ARTICOLARI [TEORIA E PRATICA] (14.00 – 18.00) (Dr.ssa Ft. Veronica Balzano)
 - Mobilizzazioni attive assistite
 - Pompage

SESTA GIORNATA 15/11/2020 (09.00 – 18.00)

- KINESIO TAPE [TEORIA E PRATICA] (09.00 – 13.00) (Dr. Ft. Riccardo Cesaroni e Dr. Ft. Veronica Balzano)
 - Concetti generali di Kinesiology taping
 - Principali tecniche di applicazione
 - Effetti meccanici e fisiologici
- PAUSA PRANZO 13.00 - 14.00
- LIBERAZIONE MIOFASCIALE STRUMENTALE, MANUALE E TECNICHE DI AUTOTRATTAMENTO [TEORIA E PRATICA] (14.00 -16.00) (Dr. Ft. Francesco Omarini)
 - Anatomia e fisiologia della fascia
 - Rolfing
 - IASTM
 - Foam Roller
 - STUDIO ED ANALISI DI CASI CLINICI [TEORIA E PRATICA] (16.00 - 17.00) (Dr. Ft. Riccardo Cesaroni - Dott. Mattia Digno)
 - COMPILAZIONE ECM, TEST DI VALUTAZIONE, CONSEGNA ATTESTATI E CHIUSURA LAVORI (17.00 - 18.00)

DOCENTI

Dr. Ft. Gabriele Minardi

Laureato in Scienze Motorie all'Università dell'Aquila, dopo esperienze lavorative nelle maggiori realtà del fitness italiano sceglie di proseguire il suo percorso accademico conseguendo presso la Sapienza la laurea in fisioterapia; il suo percorso universitario è arricchito dall'esperienza Erasmus a Madrid dove ha la possibilità di confrontarsi con i colleghi iberici e accrescere la sua esperienza in ambito sportivo collaborando con la società calcistica di seconda divisione 2Club de Fútbol Rayo Majadahonda". Ha incrementato la preparazione accademica con corsi di Posturale Metodo Mézières, terapia Manuale Mulligan ed è certificato esperto in Terapie Fisiche dall'accademia PHIT. Collabora con la Stella Azzurra FisioLab e con FizioRun nel trattamento degli atleti della nazionale di Triathlon e Pentathlon moderno.

Dott. Mattia Digno

Laureato in Scienze Motorie e dello Sport presso Università Cattolica del Sacro Cuore Milano, attualmente studente di Osteopatia al 2° anno presso ICOMM Roma e preparatore fisico di Pallacanestro nella società Roseto Sharks (Campionato Lega A2) e Stella Azzurra Roma (Campionato Serie B).

Precedentemente preparatore fisico di pallacanestro nella Stagione Sportiva 2018/2019 a Stella Azzurra Roma (U18 Eccellenza – Vice campioni d'Italia; U16 Eccellenza – Campioni d'Italia; U15 Eccellenza – Campioni d'Italia).

Certificazioni conseguite: FCS, CFSC, XPS, FMS, Personal Trainer ISSA, Kinesiotaping e Bendaggio funzionale, Preparatore fisico nazionale FIP.

Dr. Ft. Francesco Omarini

Diplomato in Educazione Fisica all'ISEF di Roma e successivamente Laureato in Fisioterapia all'Università La Sapienza di Roma. Specializzato in Kabat-PNF, Ginnastica Medico-Posturale Mezieres, RDM (Rieducazione Dinamica Posturale), Tecniche Manuali, Kinesiotaping e Recupero Post-Traumatico Sportivo. Assistente preparatore atletico della Nazionale Militare di Basket (1995-1999), Master Trainer e docente Technogym Wellnes Institute, Docente AIRNP di Roma e Professore a contratto al Master di Posturologia e Biomeccanica dell'Università di Palermo. Fisioterapista della Stella Azzurra Basket. Direttore del Fisiolab Stellazzurra - Roma.

Dr. Gianluca Bianco MD

Medico Specialista in medicina interna, da oltre 20 anni si occupa di Medicina Integrata, avendo affiancato agli studi convenzionali un solido percorso universitario e privato-accreditato nell'ambito della Riflessoterapia, agopuntura, sia somatica che auricolare, della Posturologia, della PNEI e Neuromodulazione. Da oltre 10 anni è docente a.c. di Psicomatica Posturale presso i Master Universitari in Posturologia di Roma e Palermo. Docente, inoltre, presso le scuole di Agopuntura CSTNF di Torino, UNAB di Brescia, GSATAN di Sassari., Escola de Postura di Rio de Janeiro, e l'Istituto Salgado di Londrina (Brasile).

Dr. Antonio Fiore MD

1980 Laurea in Medicina e Chirurgia conseguita presso l'Università La Sapienza di Roma; 1983 Diploma di specializzazione in Medicina dello Sport e 1990 Diploma di specializzazione in Ortopedia e Traumatologia. Dirigente medico presso ASL Roma 3 nella Medicina dello Sport; Docente della scuola di specializzazione di Medicina dello Sport dell'Università La Sapienza; Docente al Master di Fisioterapia dello Sport dell'Università di Siena; Medico federale FIS dal 1995; membro della commissione medica della federazione internazionale di scherma (FIE) dal 2008; membro della commissione inter-federale della FIMS nel 2019; Medico sociale della Virtus Basket Roma serie A dal 2019.

Prof. Edoardo Monaco

Laureato in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli studi di Roma "La Sapienza" nell'aa 2000-2001. Specializzato in Ortopedia e Traumatologia presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli studi di Roma "La Sapienza" nell'aa 2005-2006. Attualmente medico ortopedico presso la UOC Ortopedia e

Traumatologia dell'Ospedale Sant'Andrea di Roma diretta dal Prof. A. Ferretti. Medico delle nazionali giovanili di calcio della Federazione Italiana Giuoco Calcio. Docente Master di II livello di Traumatologia dello Sport, Università degli studi Sapienza di Roma. Autore di numerose pubblicazioni su riviste internazionali di ortopedia e traumatologia sportiva. Fellowship presso la UPMC di Pittsburgh sotto la guida del Prof. F. Fu ed il Methodist Hospital di Sacramento sotto la guida del Dr. Steve Howell sul tema della traumatologia sportiva e della ricostruzione del legamento crociato anteriore.

Dr. Ft. Riccardo Cesaroni

Laureato con lode in fisioterapia presso l'università La Sapienza di Roma, ha iniziato la sua attività professionale nell'ambito sportivo collaborando con lo Stella Azzurra Fisiolab, seguendo gli atleti dell'omonima società romana di basketball. Collabora dal 2019 con la Federazione Italiana di Beach Volley, con cui ha partecipato alle Rome Finals del World Tour di Beach Volley nel 2019. Attualmente lavora anche per la clinica Villa del Rosario a Roma e per l'Unione Rugby Capitolina, club che milita nel campionato italiano di serie A di Rugby.

Ha conseguito specializzazioni nei metodi di "Kinesiology Taping", "Bendaggio Funzionale", "Trattamento dei Disordini Temporomandibolari" e "Manipolazioni Vertebrali".