



## PROGRAMMA DEL CORSO DI FORMAZIONE SULLA PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI NELLO SPORT – 17 e 18 Ottobre 2025

Presso CUS Padova – Impianti Luciano Merigliano, via J. Corrado, 4, Padova

### GIORNO 1

Orario	Programma
13:00 - 13:45	Accoglienza e presentazione Progetto “EPIK Sport”
13:45 - 14:00	Sviluppare un team interdisciplinare
14:00 - 14:30	Progettare un programma per la prevenzione degli infortuni. Le 4 fasi: <ul style="list-style-type: none"><li>○ Epidemiologia</li><li>○ Meccanismo di lesione</li><li>○ Programma di prevenzione dell’esercizio fisico</li><li>○ Rivalutazione</li></ul>
14:30 - 16:00	Piramide di prevenzione degli infortuni p.1 <ul style="list-style-type: none"><li>○ Reclutamento atleti</li><li>○ Monitoraggio del carico e modello carico/capacità di carico</li></ul>
16:00 - 16:30	PAUSA
16:30 - 17:30	Piramide di prevenzione degli infortuni p.2 <ul style="list-style-type: none"><li>○ Sviluppo atletico</li><li>○ Efficienza del movimento</li><li>○ Programmi strutturati di prevenzione degli infortuni</li><li>○ Valutazione e riabilitazione delle lesioni</li><li>○ Fortuna</li></ul>
17:30 - 18:00	Question Time e discussione aperta



Co-funded by  
the European Union



## GIORNO 2

Orario	Programma
8:45 - 11:10	Esempio applicato, teorico-pratico di progettazione di un programma di infortuni
11:10 - 11:30	PAUSA
11:30 - 13:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gestione delle acuzie<ul style="list-style-type: none"><li>○ Lesioni sportive</li></ul></li></ul>
13:00 - 14:00	PAUSA PRANZO
14:00 - 15:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Introduzione al Basic Life Support e ai defibrillatori automatici esterni</li><li>• Glasgow Coma Scale</li></ul>
15:00 - 16:00	Protocollo PEACE & LOVE
16:00 - 16:30	PAUSA
16:30 - 17:30	<ul style="list-style-type: none"><li>• Parte pratica bendaggi<ul style="list-style-type: none"><li>○ Lesione muscolare</li><li>○ Distorsione di caviglia</li></ul></li></ul>
17:30 - 18:00	Question Time e discussione aperta

SCANSIONA IL QR CODE PER LASCIARCI UN  
FEEDBACK E CONDIVIDERE CON NOI LA  
TUA ESPERIENZA!



Co-funded by  
the European Union