



FISIOANALYSIS MÆDICA

MEETING

parliamo di *RUNNING*, la Maratona limiti, rischi e benefici

- **Rischi cardiovascolari** • Dott. Giuseppe Petrone
Cardiochirurgo c/o Policlinico di Monza - FizioAnalysis Mædica
- **I principi di preparazione e di allenamento nella maratona**
Prof. Maurizio Di Pietro • Tecnico Federale Nazionale
Specializzato nella preparazione della corsa di resistenza
- **Il Mental Training nel maratoneta**
Roberto Ravera • Mental Coach • Formatore
- **L'alimentazione del maratoneta**
Dott. Gianmaria Alborino • Biologo nutrizionista
Specialista in Scienze dell'alimentazione
- **Gli infortuni più comuni**
Dott. Luigi Di Filippo • Direttore Generale FizioAnalysis Mædica
- **Lo stile di corsa**
Dott. Filippo Frascarolo • FizioAnalysis Mædica
- **Parola di runner:** l'esperienza di un runner comune
Società Atletica Novese

PARTNER




FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale PIEMONTE

 **info e iscrizioni**
t. 0131 1826788 • info@fizioanalysis.it

 **Hotel Diamante**
Viale Della Valletta, 180 | 15122 Alessandria

 **evento
gratuito**

giovedì
04.04

ore 20:45