

Mente e performance

Conversazioni di Psicologia dello Sport

CONVEGNO FIPSSIS

sabato 11 maggio - ore 9.30

Auditorium Giorgio Gaber - Piazza Duca d'Aosta, 3 Milano

PROGRAMMA

9.30 **Registrazione partecipanti ed accoglienza in sala**

10.00 **Inizio del Convegno con Saluti delle autorità**

Lara Magoni, Sottosegretario con delega Sport e Giovani
Marco Riva, Presidente Comitato Regionale CONI Lombardia
Adriana Lombardi, Direttore Tecnico Scientifico della Scuola regionale dello Sport
Laura Parolin, Presidente OPL
Diego Polani, Vice Presidente FiPssis

10.30 **Introduzione alla psicologia dello sport**

- La Federazione Italiana Psicologi dello sport
Antonio De Lucia, Psicologo dello Sport, Presidente Fipssis
- La storia e le aree di intervento
Marina Gerin, Psicologa dello Sport, Vice Presidente Fipssis

12.30 **Question Time**

13.00 **Pausa pranzo**

14.00 **Attivazione e prestazione**

- Mental training e ipnosi sportiva
Massimo Masserini, Psicologo dello Sport
- Gestione stress e tecniche di rilassamento/respirazione
Stefania Cribioli, Psicologa dello sport

14.30 **Sport e benessere: la psicologia al servizio delle Federazioni**

- Tutela minori
Giulia Di Blasi, Psicologa dello sport
- Prevenzione disturbi alimentari negli atleti
Federica Perolini, Psicologa dello sport

15.00 **Psicologia dello Sport e nuove tecnologie**

- Biofeedback
Valeria Resta, Psicologa dello sport
- Realtà virtuale
Francesco Palazzo, Psicologo dello Sport

15.30 **Pausa**

15.45 **Recupero dall'infortunio**

- Protocolli di intervento
Michaela Fantoni, Psicologa dello sport
- Analisi di caso
Roberto Benis, Psicologo dello Sport

16.15 **Question Time**

16.45 **Chiusura lavori**

Si prevedono videotestimonianze da parte di allenatori/atleti/dirigenti a ogni cambio area sull'importanza della preparazione mentale

Per iscriversi clicca qui:

www.lombardia.coni.it

In collaborazione con

