

ARIFISS Human Movements and Rehab

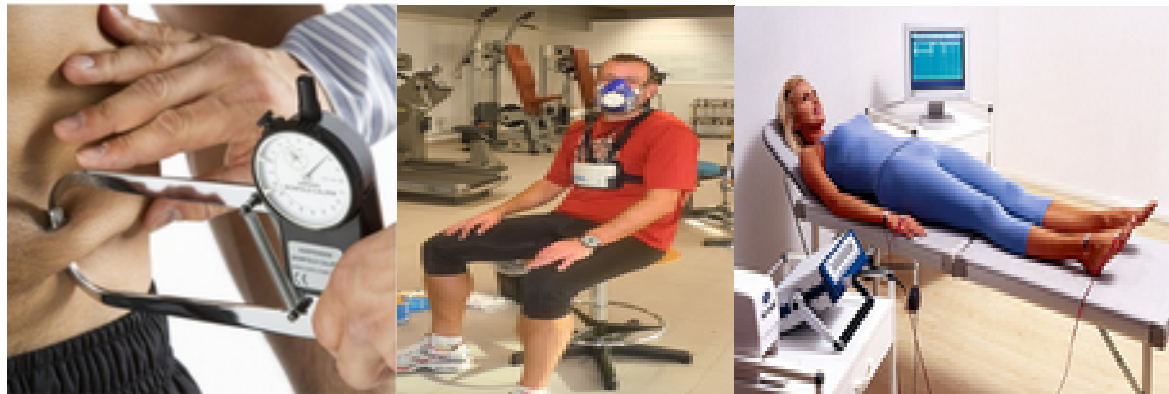
Interdisciplinary Research Laboratory

Sede Operativa: Remaggi Via Toscoromagnola 2280-Cascina Pisa
Sede Ricerca e Laboratorio: CIBP- Patologia Sperimentale -Univ. di Pisa
☎ 050.722301 Interno 1 (11.00-17.00) mob.: 3207612230 Fax : 050.983169
www.humorelab.it - www.arifiss.it email: info@humorelab.it
Agenzia Formativa Adulte n°154 del 18/22 15.4.2015 (Provincia Pisa)
Scuola Accreditata Sial n° 50-176/14 - CSEN-Benessere - Provinciale ROMA

ANALISI STRUMENTALE per la valutazione della COMPOSIZIONE CORPOREA e METABOLISMO BASALE

Bioimpedenziometria Multi Frequenza Total Body e Segmentale
Plicometria- Somatometria Behncke ed Heath-Carter- Consumo Ossigeno

Data di Svolgimento:
sabato 20.5.2017 ore 15,00-19,00
domenica 21.5.2017 ore 10,00-13,00;14,00-18,00



OBBIETTIVI DEL CORSO

La misurazione della composizione corporea è uno degli elementi di valutazione fondamentale che personal trainer, preparatori ed esperti del settore necessariamente devono essere in grado di fare. La conoscenza dei compartimenti è di fondamentale importanza non solo per programmare e monitorizzare un programma rivolto al dimagrimento o all'aumento di massa muscolare, ma rappresenta una occasione per verificare lo stato di salute del cliente o dell'atleta. Molti dati a volte risultano contraddittori e di non facile interpretazione. L'obiettivo del Focus è quello di far apprendere una corretta visione delle metodologie strumentali e non da poter utilizzare e di offrire una competenza adeguata per l'interpretazione corretta dei diversi casi studio.

PROGRAMMA

TEORIA:
Struttura del corpo umano, differenze fra tecniche di rilevamento bicompartimentali e tricompartimentali e segmentali. Le tecniche antropometriche (lunghezze, circonferenze, diametri), la plicometria e sua applicazione, il somatotipo (endomorfia, mesomorfia, ectomorfia), indici segmentali secondo Behncke ed Heath Carter. Le tecniche strumentali, utilizzo della bioimpedenza a multifrequenza per la valutazione dello stato di idratazione, di integrità cellulare e di stato catabolico/anabolico. La questione del metabolismo basale, una visione moderna e corretta interpretazione, tecniche di valutazione con metabolimetro – il VO₂, CO₂ e RER-MET.

PRATICA:

Applicazione pratica delle tecniche antropometriche e plicometriche, applicazione pratica delle tecniche bioimpedenziometriche, total body e segmentali, misurazione del metabolismo basale con metabolimetro. Interpretazione dei dati mediante elaborazione su software dedicato e su foglio elettronico.

RIVOLTO A:

Corso professionalizzante rivolto a Laureati e Studenti in Scienze Motorie o lauree affini, il corso è aperto anche a professionisti non in possesso di carriera accademica come allenatori, personal trainer ed istruttori

COSA RILASCIAMO:

Attestato di partecipazione con ECP (Educazione Continua Professionale) secondo legge 4/2013
Chiavetta USB con Materiale didattico del corso

ATTIVAZIONE :

Il corso sarà attivato con la partecipazione di minimo 10 discenti. In caso di non attivazione la quota sarà completamente riacquisita

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

- 120,00 euro entro 5 giorni dalla partecipazione del corso (entro 16 maggio ore 14,00)

* 100 euro per iscrizioni contemporanea in gruppi societari/asd/palestre con bonifico simultaneo (minimo 3 persone) entro 5 giorni dall'inizio del corso (entro 16 maggio ore 14,00)

MODALITA ' DI PAGAMENTO:

- Bonifico Bancario da effettuare entro 5 giorni dalla data del corso;
- Intestazione del bonifico : Hu.Mo.Re. Laboratory IBAN: IT 07 V 08562 14000 000011029386 Banca di Pisa e Fornacette
- Causale: Corso Composizione Corporea 2017

SEDE di svolgimento:

Laboratorio Hu.Mo.Re. Via Toscoromagnola 2280 Cascina -Pisa (c/o RSA "Remaggi") Indicazioni stradali : [GOOGLE MAPS](#)

Docenti:

Dott. Marco Dini - Spec. Biochimica e Chimica Clinica – Spec. Scienze della Nutrizione Umana
Dr.ssa Silvia Corbianco – Ph.D. Patologia Sperimentale

INFO:

info@humorelab.it – mob.: 3207612230