

12 Dicembre 2020

09h30 **APERTURA**

Carla Stecco (Italy) – Dall'anatomica allo sport: come i diversi movimenti possono influenzare i diversi aspetti delle fasce (presentazione teorica)

Antonio Stecco (Italy) - Fascia nella prevenzione degli infortuni sportivi - Ruolo dei retinacoli nel movimento (presentazione teorica)

Karin Gurtner - Slings Myofascial Training (Allenamento pratico)

Bernardo N. Ide (Brazil) - Myofascial Release nel potenziamento verticale (presentazione teorica)

Jan Wilke (Germany) - Trasmissione della forza nel tessuto miofasciale (presentazione teorica)

Johannes Freiberg (Brazil) - Stretching attivo contro l'invecchiamento (Allenamento pratico)

Adamantios Arampatzis - Allenamento specifico del tendine per la riduzione del dolore negli atleti adolescenti (presentazione teorica)

Mette Hansen - Quanto il ciclo mestruale influenza la forza muscolare e rischio di lesioni (presentazione teorica)

Laurice Nemetz (USA) - Fascia and Dynamic Body - Spatial Use and Coordination (Allenamento pratico)

14h15 **CHIUSURA DELLA GIORNATA + APERTURA DELLA MOSTRA DI FASCIA PLASTINATION DI GARY CARTER**

13 December 2020

09h30 **APERTURA**

Sérgio Fonseca (Brazil) - Percezione aptica: il ruolo della fascia nella strutturazione del movimento (presentazione teorica)

Robert Schleip (Germany) - Il ruolo della fasce nell'orchestrazione del movimento umano (presentazione teorica)

Anna Maria Vitali (Italy) - Ruolo della fascia nella respirazione (Allenamento pratico)

Jan Paul van Wingerden - Respirare: non solo inspirazione ed espirazione. Comportamento di compensazione addominale e posizione del diaframma (presentazione teorica)

James Earls - Comprendere l'andatura umana da una prospettiva fasciale (presentazione teorica)

Divo Muller (Germany) - Pelvic Floor Training (Allenamento pratico)

Andrzej Pilat (Spain) - Fascia e carico intercettivo. Capire i corpi umani in movimento (presentazione teorica)

Keith Baar (USA) - Nutrizione e carico per migliorare la funzione della fascia (presentazione teorica)

John Sharkey (Ireland) - Rimodulare la rete della fascia (Allenamento pratico)

14h15 **CHIUSURA DI EVENTO CON I PRESENTATORI**