RIMINI WELLNESS 2026 CON ACSI:

Padiglione A1, stand 002, quattro giorni di seminari gratuiti con prenotazione obbligatoria.

Vieni a conoscere il mondo ACSI e tutto quello che possiamo fare insieme per la tua associazione, per il tuo lavoro come trainer, per la tua voglia di fare sport e curare il benessere. Il nostro staff ti aspetta al **desk informazioni presso lo stand** per rispondere alle tue domande e presentarti tantissimi servizi, corsi e convezioni.

Tutti i tesserati ACSI possono usare il nostro **codice sconto per acquistare il biglietto Fiera per 4 giorni** al prezzo di 40,00 euro invece che 60,00 euro.

Puoi anche partecipare ai **seminari gratuiti** che faremo nelle quattro giornate della Fiera, unico vincolo devi prenotarti perché i posti sono limitati. Tante le tematiche proposte che interessano istruttori, personal trainer, gestori di associazioni e strutture sportive, appassionati dell'allenamento e della salute. Relatori di grande rilevanza tecnica e scientifica, attestato di partecipazione rilasciato da ACSI nazionale, gadget per chi si prenota.

Parleremo di:

AREA TECNICA: bodybuilding e allenamento Old School; allenamento femminile in sala pesi; il ruolo del pavimento pelvico nell'allenamento in menopausa; i test funzionali da campo; protocolli di attività motoria per la 3 età e 4 età; l'equilibrio posturale nella prevenzione infortuni e per la performance; il ruolo dei mitocondri nella Healthy Longevity e il fitness anti-aging; autofagia e digiuno nel fitness: strategia reale o moda social?; allenamento a circuito: lavoro di resistenza, lavoro per la forza, lavoro metabolico.

AREA GESTIONE ASSOCIATIVA: tutela dei minori e safeguarding; la figura del Direttore Sportivo; la responsabilità del rappresentante legale sodalizio; la gestione dei centri estivi sportivi; il marketing moderno per I centri sportivi; come usare i social nel lavoro sportivo; dati ufficiali sui numeri dello sport; la ASD / SSD come datore di lavoro e la sicurezza; il regime Inps dopo il 2027 prospettive e scenari; professionalità e professionalizzazione dei tecnici sportivi.

GIOVEDI 28

10:00-10:45 LA FIGURA DEL DIRETTORE SPORTIVO

Antonella Lizza: *laureata in legge, giurista ed esperta di diritto sportivo e gestione associativa, consulente aziendale per formazione e sviluppo risorse umane, saggista e articolista. Attualmente per ACSI è Membro di Direzione, Responsabile nazionale del settore Fitness e bodybuilding e direttrice scuola per istruttori Alta Formazione Fitness.*

ABSTRACT: la riforma dello sport inserisce la figura del Direttore Sportivo anche per il settore dilettantistico e consente l'applicazione degli ambiti contrattuali del Lavoro sportivo. Che caratteristiche ha il Direttore sportivo di una ASD o una SSD? Che rapporto ha rispetto il ruolo di Presidente o membro del consiglio direttivo? Quali competenze e percorsi formativi? Questi e altri aspetti nei contenuti del seminario.

In omaggio il libro "La gestione dei collaboratori e dei volontari sportivi" di A.Lizza. Prefazione di A.Viti. Ed. Di Leandro&Partners

11:00-12:00 LA RESPONSABILITÀ DEL RAPPRESENTANTE LEGALE DEL SODALIZIO SPORTIVO

Antonella Lizza: *laureata in legge, giurista ed esperta di diritto sportivo e gestione associativa, consulente aziendale per formazione e sviluppo risorse umane, saggista e articolista. Attualmente per ACSI è Membro di Direzione, Responsabile nazionale del settore Fitness e bodybuilding e direttrice scuola per istruttori Alta Formazione Fitness.*

ABSTRACT: il tema della responsabilità collegato alla figura del rappresentante legale di un sodalizio sportivo è complesso e ricco di elementi che meritano attenzione, soprattutto da quando con la riforma dello sport si sono aggiunte anche le responsabilità come datore di lavoro. In questo seminario una sintesi dei concetti base come riferimento per presidenti e amministratori di ASD e SSD.

In omaggio il libro "La gestione dei collaboratori e dei volontari sportivi" di A.Lizza. Prefazione di A.Viti. Ed. Di Leandro&Partner

12:15- 13:15 BODYBUILDING: MITI E VERITA' DELL'ALLENAMENTO OLD SCHOOL

Sandro Grillenzoni: *preparatore atletico, maestro dello sport CONI, specializzato in allenamenti al femminile, coach di diverse bikini pro.*

ABSTRACT: dalla tradizione all'evidenza scientifica. Scopri cosa funziona davvero.

14:00- 15:00 IL MARKETING MODERNO PER I CENTRI SPORTIVI

Luca Bendel Iaia: *LBI, Coordinatore Nazionale Area Manageriale Sportiva ACSI, Laurea in Sc. Politiche, Master in Management Distributivo, Ph.d in fitness e sport management, Formatore Olimpico CONI*

ABSTRACT: luogo e non Luogo; Mark Augè nel 1992 introduce questo concetto innovativo che definisce la differenza tra un luogo capace di generare un senso di appartenenza e sviluppare emozioni ed un luogo che non ha queste virtù o caratteristiche. Prodotto, prezzo, punto vendita, promozione. Quanto è importante legare questi concetti al marketing operativo per elevare la fidelizzazione all'interno di un sodalizio sportivo?

15:15- 15:45 LA GESTIONE DEI CENTRI SPORTIVI ESTIVI

Antonella Lizza: *laureata in legge, giurista ed esperta di diritto sportivo e gestione associativa, consulente aziendale per formazione e sviluppo risorse umane, saggista e articolista. Attualmente per ACSI è Membro di Direzione, Responsabile nazionale del settore Fitness e bodybuilding e direttrice scuola per istruttori Alta Formazione Fitness*

ABSTRACT: questo seminario illustra il tema dei "Centri estivi" – anzi in modo più opportuno dei "Camp sportivi" - per sottolineare la specificità di questa attività sotto il profilo non solo gestionale e fiscale ma anche didattico e formativo: lo sport è attività esclusiva o comunque prevalente ma soprattutto si rivolge a bambini e giovanissimi.

16:00 -17:00 L'ALLENAMENTO FEMMINILE IN SALA PESI

Sandro Grillenzoni: *preparatore atletico, maestro dello sport CONI, specializzato in allenamenti al femminile, coach di diverse bikini pro***.**

ABSTRACT: potere, tecnica e risultati. Un approccio scientifico per il corpo femminile frutto di oltre 40 anni di studi ed esperienze sul campo

17:15 -17:45 TUTELA DEI MINORI E SAFEGUARDING

Antonella Lizza: *laureata in legge, giurista ed esperta di diritto sportivo e gestione associativa, consulente aziendale per formazione e sviluppo risorse umane, saggista e articolista. Attualmente per ACSI è Membro di Direzione, Responsabile nazionale del settore Fitness e bodybuilding e direttrice scuola per istruttori Alta Formazione Fitness.*

ABSTRACT: una sintesi dei principali aspetti che riguardano l'applicazione delle politiche di Safeguarding che coinvolgono, ASD, SSD, direttivo e istruttori. La normativa di riferimento, il Modello Organizzativo di Controllo (MOG), la nomina del Responsabile contro abusi, violenze e discriminazioni, le buone pratiche.

VENERDI 29

10:00-11:00 L'ALLENAMENTO FEMMINILE IN SALA PESI

Sandro Grillenzoni: *preparatore atletico, maestro dello sport CONI, specializzato in allenamenti al femminile, coach di diverse bikini pro*.

ABSTRACT: potere, tecnica e risultati. Un approccio scientifico per il corpo femminile frutto di oltre 40 anni di studi ed esperienze sul campo.

11:15- 13:00 LA RIFORMA DELLO SPORT: DOVE SIAMO E DOVE SAREMO NEL 2028?

Panel chair: Luca Bendel Iaia

Relatori:
Michele Damiani: *laurea magistrale in economia e gestione aziendale. Collabora con il giornale ItaliaOggi dal 2017 seguendo i temi delle professioni, dello sport e del terzo settore. Opinionista in tv e in radio. Cura l'inserto su terzo settore e non profit ogni giovedì sul giornale in giallo e la pagina dal titolo Diritto e Sport ogni sabato*.

Fabio Fraternali: *dott. in legge, commercialista, professore in "diritto delle società e delle associazioni sportive" Dipart. Scienze giuridiche Corso di Laurea in Giurista per le imprese e per la pubblica amministrazione. Alma Mater Studiorum Bologna.*

Gianluca Scazzosi: *si occupa di Fitness, Wellness e Sport dal 1988. Laureato in Scienze Motorie ha conseguito un BA W/h in "International Business" presso la Nottingham Trent University. autore di due libri "Marketing R-Evolution" edito da Editrice Il Campo, e "Cinquanta per sempre" edito da Unicopli. Speaker internazionale e IHRSA Ambassador per l'Italia partecipa come conferenziere a numerosi convegni nazionali ed internazionali. E' stato visiting professor presso la facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Pavia. Manager, consulente, e formatore lavora con aziende nazionali ed internazionali.*

Marco Visconti: *Fisioterapista, Osteopata e Chinesiologo sportivo. Formatore olimpico e consulente nell'ambito della prevenzione, della performance e del recupero funzionale negli sport tecnico-coordinativi. Nel corso della sua attività ha seguito numerosi atleti di livello nazionale e internazionale, collaborando con società sportive e federazioni.*

ABSTRACT: attraverso la visione esperta e varie riflessioni professionali il workshop affronta alcune tematiche nevralgiche per l'attuazione della riforma dello sport e per i suoi sviluppi futuri a partire da gennaio 2028. Gli argomenti:
1. I Numeri dello sport
2. La ASD/SSD come datore di lavoro e la sicurezza
3. Professionalità e Professionalizzazione del lavoro Sportivo
4. L'aumento dei Costi da gennaio 2028 ed i nuovi segmenti di popolazione.

13:45: 14:45 **COME USARE I SOCIAL PER COMUNICARE NEL MONDO SPORTIVO**

Michele Damiani*: laurea magistrale in economia e gestione aziendale. Collabora con il giornale ItaliaOggi dal 2017 seguendo i temi delle professioni, dello sport e del terzo settore. Opinionista in tv e in radio. Cura l'inserto su terzo settore e non profit ogni giovedì sul giornale in giallo e la pagina dal titolo Diritto e Sport ogni sabato*.

ABSTRACT: **cosa sono i social media? Quali caratteristiche e potenzialità di utilizzo presentano per chi vuole fare conoscere la propria associazione o la propria attività di istruttore? Facebook YouTube, Twitter, Instagram, LinkedIn, TikTok presentano caratteristiche e funzioni specifiche, rivolgendosi a diversi tipi di pubblico e settori che verranno analizzati in questo seminario**.

15:00: 16:00 **IL RUOLO DEL PAVIMENTO PELVICO NELL' ALLENAMENTO IN MENOPAUSA**

Manuela Rippa: *laureata in biotecnologie per la salute, operatrice shiatsu diplomata, insegnante di Pilates certificata con oltre 15 anni di esperienza; specializzata in biomeccanica, lavoro miofasciale e tecniche di respirazione.*

ABSTRACT: in menopausa il pavimento pelvico ha un ruolo chiave poiché subisce il cambiamento ormonale influenzando postura, continenza e salute dell'addome. Approfondiremo come integrare il lavoro pelvico nel training per prevenire disfunzioni, migliorare la performance e ridurre il rischio di dolori lombari.

16:15-17:00 **TEST FUNZIONALI DA CAMPO**

Michele Panzarino*: Ricercatore scientifico e Professore dell'Università San Raffaele Roma e Università degli Studi Tor Vergata Roma - Direttore tecnico del master di I livello in "Preparazione Fisica Controllata " dell' Università San Raffaele Roma , Direttore scientifico dell'ANCS (Accademia Nazionale di Cultura Sportiva), Responsabile Nazionale del settore Invecchiamento Attivo ACSI. Direttore generale Resquare Handball Italia.*

ABSTRACT: nuove strategie per ottimizzare le periodizzazioni di allenamento e il miglioramento delle capacità motorie dei propri atleti o clienti - strategie di marketing.

In omaggio il libro "La terminologia tecnica del movimento umano" di M.Bellucci, G.Cilia, E.Padua, L.Pantanella, M.Panzarino - Ed. Calzetti Mariucci

17:15-18:00 **PROTOCOLLI DI ATTIVITA' MOTORIA PER LA 3° E 4° ETA'**

Michele Panzarino: *Ricercatore scientifico e Professore dell'Università San Raffaele Roma e Università degli Studi Tor Vergata Roma - Direttore tecnico del master di I livello in "Preparazione Fisica Controllata " dell' Università San Raffaele Roma , Direttore scientifico dell'ANCS (Accademia Nazionale di Cultura Sportiva), Responsabile Nazionale del settore Invecchiamento Attivo ACSI. Direttore generale Resquare Handball Italia.*

ABSTRACT: nuove linee guida per un miglioramento della qualità della vita non solo a livello motorio, ma anche sociale e psicologico.

In omaggio il libro "Il manuale motorio dell'anziano" di C. Bazzano, M. Bellucci, A.D. Faigenbaum, M.Panzarino - Ed. Calzetti Mariucci

SABATO 30

10:00-11:00 **AUTOFAGIA E DIGIUNO NEL FITNESS: STRATEGIA REALE O MODA SOCIAL?**

Graziano Novello: *laureato in Biologia, Master universitario in Nutrizione e Dietologia, tecnico formatore Master Trainer ACSI.*

ABSTRACT: una visione basata su evidenze scientifiche sull'autofagia nel fitness. Digiuno intermittente: cosa cambia rispetto al deficit calorico; cosa aiuta realmente i processi di rigenerazione cellulare; come questa strategia viene utilizzata nella ricerca del benessere e quali effetti può generare su muscolatura e prestazione.

11:15-12:15 **IL RUOLO DEL PAVIMENTO PELVICO NELL' ALLENAMENTO IN MENOPAUSA**

Manuela Rippa: *laureata in biotecnologie per la salute, operatrice shiatsu diplomata, insegnante di Pilates certificata con oltre 15 anni di esperienza; specializzata in biomeccanica, lavoro miofasciale e tecniche di respirazione.*

ABSTRACT: in menopausa il pavimento pelvico ha un ruolo chiave poiché subisce il cambiamento ormonale influenzando postura, continenza e salute dell'addome. Approfondiremo come integrare il lavoro pelvico nel training per prevenire disfunzioni, migliorare la performance e ridurre il rischio di dolori lombari.

12:30-13:30 LA RESPONSABILITÀ DEL RAPPRESENTANTE LEGALE DEL SODALIZIO SPORTIVO

Antonella Lizza: *laureata in legge, giurista ed esperta di diritto sportivo e gestione associativa, consulente aziendale per formazione e sviluppo risorse umane, saggista e articolista. Attualmente per ACSI è Membro di Direzione, Responsabile nazionale del settore Fitness e bodybuilding e direttrice scuola per istruttori Alta Formazione Fitness.*

ABSTRACT: Il tema della responsabilità collegato alla figura del rappresentante legale di un sodalizio sportivo è complesso e ricco di elementi che meritano attenzione, soprattutto da quando con la riforma dello sport si sono aggiunte anche le responsabilità come datore di lavoro. In questo seminario una sintesi dei concetti base come riferimento per presidenti e amministratori di ASD e SSD.

In omaggio il libro "La gestione dei collaboratori e dei volontari sportivi" di A.Lizza. Prefazione di A.Viti. Ed. Di Leandro&Partners

14:00-15:00 L'EQUILIBRIO POSTURALE NELLA PREVENZIONE INFORTUNI E PER LA PERFORMANCE

Pasquale Pizzino: *fisioterapista, posturologo, osteopata*
Massimiliano Platia: *preparatore atletico, chinesiologo e posturologo*

ABSTRACT: un allenamento posturale efficace non si basa solo sulla scelta degli esercizi ma sulla sequenza con i quali vengono fatti e l'attenzione mirata alle catene muscolari. Attraverso l'applicazione di sistemi specifici quali il Rebalancing System® e l'esperienza di preparatori atletici e fisioterapisti questo approccio consente di operare in un approccio di prevenzione degli infortuni, di propedeutica per molti sport o per il ritorno all'attività sportiva.

15:15-16:15 BODYBUILDING: MITI E VERITA' DELL'ALLENAMENTO OLD SCHOOL

Sandro Grillenzoni: *preparatore atletico, maestro dello sport CONI, specializzato in allenamenti al femminile, coach di diverse bikini pro.*

ABSTRACT: dalla tradizione all'evidenza scientifica. Scopri cosa funziona davvero!

16:30-18:30 **IL RUOLO DEI MITOCONDRI NELLA HEALTHY LONGEVITY E IN FITNESS ANTI-AGING®**

Relatori:

Pier Mario Biava: *figura di spicco nel campo della ricerca scientifica e della medicina rigenerativa. Laureato in Medicina e Chirurgia, ha dedicato la sua carriera allo studio delle cellule staminali e alla ricerca di nuove terapie per una vasta gamma di patologie. La sua esperienza pluriennale nel settore lo ha portato a diventare un pioniere nel campo della medicina rigenerativa e della nutraceutica. Proposto per la candidatura al Premio Nobel 2026 per la medicina.*

Massimo Spattini: *specialista in medicina dello sport e scienza dell'alimentazione, giornalista, autore di numerosi libri e pubblicazioni, vicepresidente ILSA (International Longevity Science Association. Unico medico italiano certificato in Peptide Therapy con l'America Academy Antiaging &Regenerative Medicine.*

Alfredo Petrosino: *laureato in scienze motorie e in fisioterapia, specializzato in neuro riabilitazione e riabilitazione psico cognitiva, direttore tecnico centro studi PAF, ideatore del metodo fitness anti aging® e del neuro balance training". Responsabile Attività Motorie International Longevity Science Association*.

Ciro di Cristino: *Diploma ISEF; Educatore-Preparatore Fisico-Atletico; Insegnante di Postura presso le Università: "Sapienza" di Roma e Scienze Motorie di Parma; Direttore Tecnico AFFWA; Docente ILSA; Preparatore Rugby Noceto e Nazionali giovanili FIR.*

Giorgio Terziani: *Visiting Professor in Discipline del Benessere Saint George School Bergamo e divulgatore consulente tecnico scientifico*

ABSTRACT: questo workshop esplora il ruolo centrale dei mitocondri – le centrali energetiche delle nostre cellule – nei processi di healthy longevity e nel fitness anti-aging. Approfondiremo come l'efficienza mitocondriale influenzi energia, performance fisica, metabolismo, infiammazione e invecchiamento cellulare. Analizzeremo le strategie scientificamente validate per stimolare la biogenesi mitocondriale attraverso allenamento mirato, nutrizione funzionale, gestione dello stress e ottimizzazione del recupero. L'obiettivo è fornire strumenti pratici e basati sull'evidenza per migliorare vitalità, resilienza metabolica e qualità della vita nel lungo termine.
Gli interventi:

- **Riprogrammazione e rigenerazione cellulare** *P.M.Biava*
- **I peptidi per l'efficienza Mitocondriale** *M.Spattini*
- **Fitness anti-aging, rigenerazione mitocondiriale e neurogenesi** *A.Petrosino*
- **Il ruolo della postura nella healthy** longevity *C.D. Cristino*
- **Il segreto dei mitocondri nella performance** *G.Terziani*

DOMENICA 31

10:00-11-00

L'EQUILIBRIO POSTURALE NELLA PREVENZIONE INFORTUNI E PER LA PERFORMANCE

Pasquale Pizzino: *fisioterapista, posturologo, osteopata*
Massimiliano Platia: *preparatore atletico, chinesiologo e posturologo*

ABSTRACT: un allenamento posturale efficace non si basa solo sulla scelta degli esercizi ma sulla sequenza con i quali vengono fatti e l'attenzione mirata alle catene muscolari. Attraverso l'applicazione di sistemi specifici quali il Rebalancing System® e l'esperienza di preparatori atletici e fisioterapisti questo approccio consente di operare in un approccio di prevenzione degli infortuni, di propedeutica per molti sport o per il ritorno all'attività sportiva.

11:15-12-00

TEST FUNZIONALI DA CAMPO

Michele Panzarino*: Ricercatore scientifico e Professore dell' Università San Raffaele Roma e Università degli Studi Tor Vergata Roma - Direttore tecnico del master di I livello in "Preparazione Fisica Controllata " dell' Università San Raffaele Roma , Direttore scientifico dell'ANCS (Accademia Nazionale di Cultura Sportiva), Responsabile Nazionale del settore Invecchiamento Attivo ACSI. Direttore generale Resquare Handball Italia*

ABSTRACT: nuove strategie per ottimizzare le periodizzazioni di allenamento e il miglioramento delle capacità motorie dei propri atleti o clienti - strategie di marketing.

In omaggio il libro "La terminologia tecnica del movimento umano" di M.Bellucci, G.Cilia, E.Padua, L.Pantanella, M.Panzarino . Ed. Calzetti Mariucci

12:15-13:00

PROTOCOLLI DI ATTIVITA' MOTORIA PER LA 3° E 4° ETA'

Michele Panzarino: relatore Michele Panzarino*: Ricercatore scientifico e Professore della Università San Raffaele Roma e Università degli Studi Tor Vergata Roma - Direttore tecnico del master di I livello in "Preparazione Fisica Controllata " dell' Università San Raffaele Roma, Direttore scientifico dell'ANCS (Accademia Nazionale di Cultura Sportiva), Responsabile Nazionale del settore Invecchiamento Attivo ACSI. Direttore generale Resquare Handball Italia*

ABSTRACT: nuove linee guida per un miglioramento della qualità della vita non solo a livello motorio, ma anche sociale e psicologico.

In omaggio il libro "Il manuale motorio dell'anziano" di C. Bazzano, M. Bellucci, A.D. Faigenbaum, M.Panzarino . Ed. Calzetti Mariucci

14:00-15:00 **ALLENAMENTO A CIRCUITO: OBIETTIVO FORZA, OBIETTIVO RESISTENZA, L' APPROCCIO METABOLICO**

Arcangelo Antelmi: *Docente di Scienze Motorie presso il Ministero della Pubblica Istruzione. Docente e formatore, master trainer ACSI. Preparatore atletico e personal trainer. Esperto di ginnastica posturale. Commissario tecnico della nazionale di kayak fishing in mare e attuale Campione Mondiale della disciplina.*

ABSTRACT: è opinione abbastanza diffusa che l'allenamento con i pesi e macchine isotoniche a circuito serva più che altro per la lipolisi … Ma è proprio così? Programmare un circuito, non è solo programmare un allenamento. È un percorso completo che unisce forza, resistenza miglioramento delle capacità condizionali e coordinative. Con questo metodo, entrano in gioco: *forza, resistenza e controllo della massa grassa * postura * mobilità *divertimento. Se ben organizzato, rappresenta forse il modo più "intelligente" per diventare più forte, stabile e funzionale. Ogni esercizio deve avere una finalità. Parliamone.

15:15-16:15 **IL MARKETING MODERNO PER I CENTRI SPORTIVI**

Luca Bendel Iaia: *LBI, Coordinatore Nazionale Area Manageriale Sportiva ACSI, Laurea in Sc. Politiche, Master in Management Distributivo, Ph.d in fitness e sport management, Formatore Olimpico CONI.*

ABSTRACT: luogo e non Luogo; Mark Augè nel 1992 introduce questo concetto innovativo che definisce la differenza tra un luogo capace di generare un senso di appartenenza e sviluppare emozioni ed un luogo che non ha queste virtù o caratteristiche. Prodotto, prezzo, punto vendita, promozione. Quanto è importante legare questi concetti al marketing operativo per elevare la fidelizzazione all'interno di un sodalizio sportivo.

16:30- 17:00 **LA GESTIONE DEI CENTRI ESTIVI SPORTIVI**

Antonella Lizza: *laureata in legge, giurista ed esperta di diritto sportivo e gestione associativa, consulente aziendale per formazione e sviluppo risorse umane, saggista e articolista. Attualmente per ACSI è Membro di Direzione, Responsabile nazionale del settore Fitness e bodybuilding e direttrice scuola per istruttori Alta Formazione Fitness.*

ABSTRACT: questo seminario illustra il tema dei "Centri estivi" – anzi in modo più opportuno dei "Camp sportivi" per sottolineare la specificità di questa attività sotto il profilo non solo gestionale e fiscale ma anche didattico e formativo: lo sport è attività esclusiva o comunque prevalente ma soprattutto si rivolge a bambini e giovanissimi

RIMINIWELLNESS

THE WELLNESS EXPERIENCE SHOW

PADIGLIONE A1
STAND 002

PROGRAMMA WORKSHOP GRATUITI

SU PRENOTAZIONE

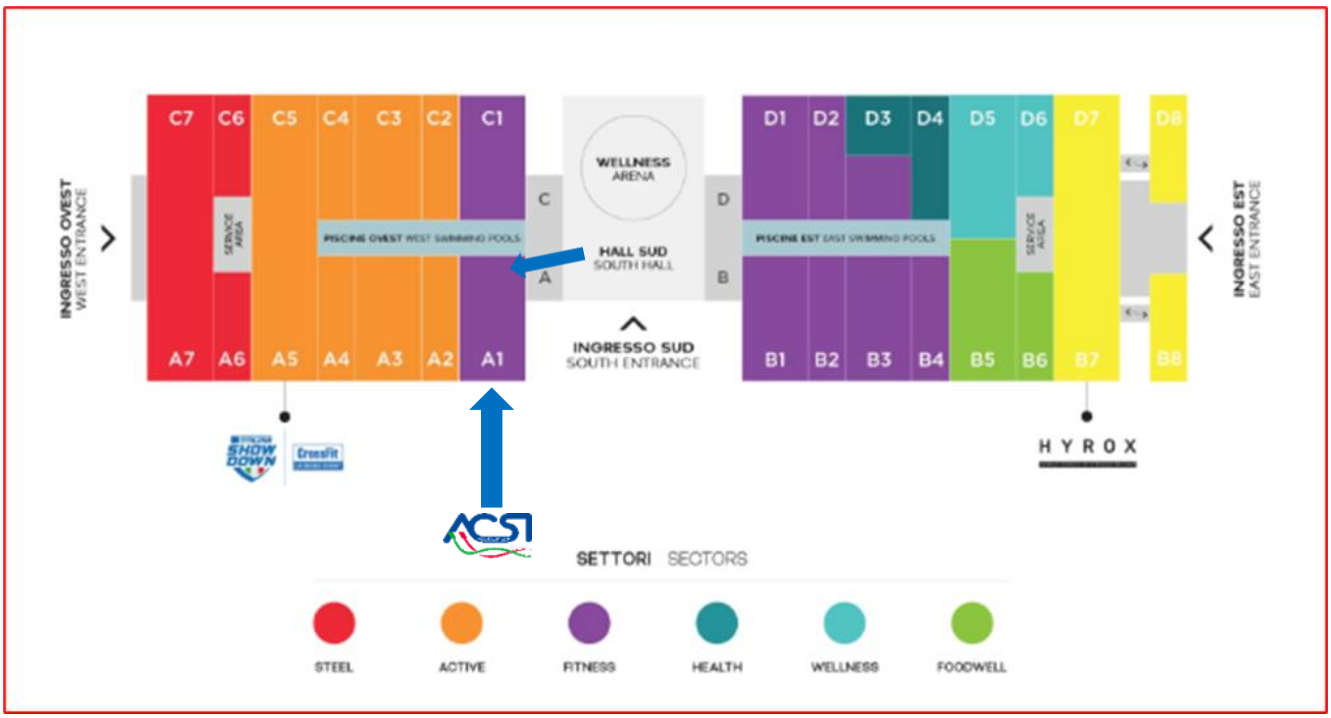
	GIOVEDI 28 MAGGIO
10:00 - 10:45	La figura del Direttore Sportivo
11:00 - 12:00	La responsabilità del rappresentante legale sodalizio
12:15 - 13:15	Bodybuilding: miti e verità dell' allenamento Old School
14:00 - 15:00	Il marketing moderno per i centri sportivi
15:15 - 15:45	Tutela dei minori e safeguarding
16:00 - 17:00	Allenamento femminile in sala pesi
17:15 - 17:45	La gestione dei centri estivi sportivi
	VENERDI 29 MAGGIO
10:00 - 11:00	Allenamento femminile in sala pesi
11:15 - 13:00	La riforma dello sport: dove siamo e dove saremo nel 2028
13:45 - 14:45	Come usare i social per comunicare nel mondo sportivo
15:00 - 16:00	Il ruolo del pavimento pelvico nell'allenamento in menopausa
16:15 - 17:00	Test funzionali da campo
17:15 -18:00	Protocolli di attività motoria per la 3 e 4 età
	SABATO 30 MAGGIO
10:00 - 11:00	Autofagia e digiuno nel fitness: strategia reale o moda social?
11:15 - 12:15	Il ruolo del pavimento pelvico nell'allenamento in menopausa
12:30 - 13:30	La responsabilità del rappresentante legale sodalizio
14:00 - 15:00	L'equilibrio posturale nella prevenzione infortuni e per la performance
15:15 - 16:15	Bodybuilding: miti e verità dell' allenamento Old School
16:30 - 18:30	Il ruolo dei mitocondri nella Healthy Longevity e il fitness anti-aging
	DOMENICA 31 MAGGIO
10:00-11:00	L'equilibrio posturale nella prevenzione infortuni e per la performance
11:15 - 12:00	Test funzionali da campo
12:15 - 13:00	Protocolli di attività motoria per la 3 e 4 età
14:00 - 15:00	Allenamento a circuito: forza, resistenza, approccio metabolico
15:15 - 16:15	il marketing moderno per i centri sportivi
16:30 - 17:00	La gestione dei centri estivi sportivi

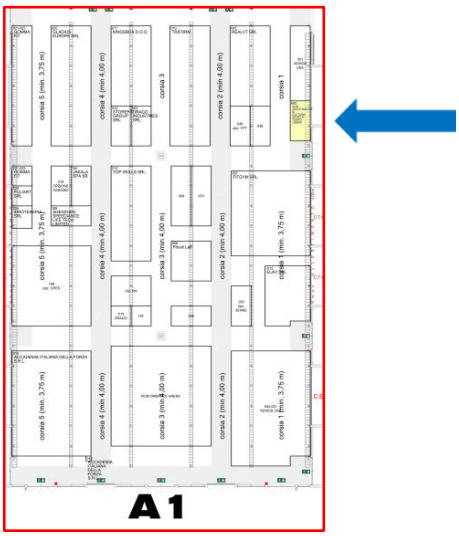
POSTI LIMITATI • PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Workshop a numero chiuso – per tecnici, operatori, dirigenti, atletI e ***sportivi***

Website: **www.acsi.it** | **info.riminiwellness@acsi.it**

DOVE SIAMO


C7 C6 C5 C4 C3 C2 C1
A7 A6 A5 A4 A3 A2 A1
D1 D2 D3 D4 D5 D6 D7 D8
B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8
INGRESSO OVEST
WEST ENTRANCE
INGRESSO EST
EAST ENTRANCE
WELLNESS ARENA
HALL SUD
SOUTH HALL
INGRESSO SUD
SOUTH ENTRANCE
SERVICE AREA
HYROX
SETTORI SECTORS
STEEL
ACTIVE
FITNESS
HEALTH
WELLNESS
FOODWELL


A1

https://www.riminiwellness.com/it/come-arrivare

INGRESSO SUD
Via Emilia, 155, 47921 Rimini RN

INGRESSO OVEST
Via San Martino in Riparotta, 19, 47922 Ca' Rinaldi RN

HYROX: INGRESSO EST
Via Costantino il Grande, 47922 Rimini RN