



Federazione Italiana Sport Equestri

LUNEDI' CULTURALI FISE
AGGIORNAMENTO ISTRUTTORI E TECNICI FEDERALI

5 novembre 2018 – Roma, Palazzo delle Federazioni
Viale Tiziano 74 – Sala Consiglio – Piano Terra – 10.00 – 17.00

ALLENAMENTO VISUO MOTORIO INTEGRATO:
TEORIA E PRATICA

Relatore: *Dott. Massimiliano Rinaudo - Scienze Vision Training Academy*
In collaborazione con il Dipartimento studi e progetti sperimentali FISE Lazio

Preparazione atletica con metodo S.V.T.A., tecnica di allenamento visuomotorio che integra sistema motorio e cognitivo per l'eccellenza nella performance sportiva.

- abilità visive
 - equilibrio
- sistema vestibolo-oculare
- abilità motorie-coordinative
 - abilità cognitive

Nel corso verranno affrontati i principi di base dell'integrazione sensoriale tra vista udito e senso cinestesico e la loro interazione con il Sistema Nervoso Centrale. Si imparerà ad allenare le abilità visive in correlazione con gli altri sensi ed il sistema motorio

PROGRAMMA DELLA GIORNATA:

ORE 9.30 – 10.00: ACCOGLIENZA

ORE 10.00: INIZIO LAVORI

• **PARTE TEORICA**

- *Approccio base al vision training e presentazione degli strumenti di allenamento S.V.T.A.*
- *Vista & visione: conoscenza e training delle abilità visive con il metodo S.V.T.A.*
- *Abilità visive ed interazione con il sistema motorio*
- *Dominanze ed asimmetrie funzionali, conoscenza ed allenamento*

ORE 13.00: PAUSA PRANZO

ORE 13.30: RIPRESA LAVORI

• **PARTE PRATICA**

- *Esercizi aspecifici*
- *Costruire un protocollo di esercizi base*
- *Suggerimenti per esercizi specifici a cavallo*

Materiale didattico a cura di S.V.T.A. composto da manuale in formato pdf inviabile via mail alla conferma dell'iscrizione.

ORE 17.00: FINE LAVORI

Viale Tiziano, 74 - 00196 Roma
T. 0683668467 F. 06 83 66 84 86 W formazione@fise.it
P.I. 02151981004 C.F. 97015720580

www.fise.it