

ATLETICAmente

Aspettando....*Giochi Olimpici e Paralimpici di Milano- Cortina 2026*

“L’Arte di Correre a Piedi”

Tony Net –1960



*Il CONI Veneto e il CONI Lombardia con le loro SdS organizzano
la XXII Edizione di ATLETICAmente*

Padova 08 - 09 novembre 2025

OIC Onlus

Via Toblino, 53 Zona “Mandria”

1^a Sessione - Scientifica

Sabato 08 Novembre

14.00-19.30

2^a Sessione - Tecnica

Domenica 09 Novembre

09.00-13.00

ATLETICAmente

*Siamo giunti alla XXII edizione di ATLETICAmente, un evento di riferimento nel panorama nazionale per aggiornamento e formazione continua sulla tecnica e metodologia dell'allenamento. Nonostante le sfide degli ultimi tempi, il convegno resta vivo grazie all'entusiasmo crescente di partecipanti e appassionati. Dopo aver approfondito temi d'avanguardia come le "neuroscienze applicate allo sport" e "l'intelligenza artificiale" nelle ultime edizioni, per il 2025 abbiamo scelto di tornare alla radice: **"l'Arte di Correre a Piedi". Non un mestiere—bensì una vera e propria espressione d'arte, con risvolti scientifici e tecnici profondi.***

Affrontiamo infatti sia la sessione scientifica, sia la sessione tecnica, stimolando una riflessione che unisce il controllo metabolico e la meccanica della corsa - La modulazione di carichi e intensità sportiva - Il ruolo dei materiali e dell'innovazione nelle scarpe - L'importanza dell'allenamento mentale - La precisione del gesto tecnico, sia nei giovani che negli atleti evoluti - L'evoluzione dei metodi d'allenamento - Le lezioni storiche dal dialogo tra giganti dell'atletica

Il programma è pensato per offrire strumenti pratici e teorici, capaci di "diagnosticare" e potenziare le dimensioni fisiche, fisiologiche e mentali degli atleti. Vogliamo fornire ad allenatori e praticanti feedback strategici, basati su evidenze e testimonianze dirette, per migliorare modelli di allenamento e performance.

DOCENTI

Renato CANOVA

Il coach torinese (nato nel 1944) è tra i massimi innovatori dell'allenamento del mezzofondo e maratona. Ex responsabile tecnico scientifico FIDAL, ha guidato atleti campioni del mondo e olimpionici, e ha lavorato con team nazionali (Kenya, Qatar, Cina). Ha sviluppato metodologie ad alta specificità, riconosciute internazionalmente

Pierluigi FIORELLA

Ex medico delle squadre nazionali della FIDAL (partecipazione a 4 Olimpiadi), attuale responsabile sanitario FIDAL Emilia Romagna, specialista in Medicina dello Sport e Cardiologia, direttore sanitario Centro Medico Dyadea Bologna. Ha pubblicato studi su metabolismo e mitocondri applicati alla prestazione sportiva con oltre 16 pubblicazioni e più di 500 citazioni su ResearchGate.

Luciano "Lucio" GIGLIOTTI

Storico allenatore di Gelindo Bordin (oro a Seul 1988) e Stefano Baldini (oro ad Atene 2004), oggi 90enne, è noto per la sua capacità di "formare" il campione giusto nel momento giusto. La sua carriera testimonia rigore, passione ed eccellenza nella preparazione maratona.

Luca FILIPAS

Cofondatore dell'Endurance Academy, con Laurea e Dottorato in Scienze Motorie presso l'Università degli Studi di Milano. È performance coach del TotalEnergies Pro Cycling Team e docente universitario nei corsi di Teoria e Metodologia dell'Allenamento.

Luigi FERRARIS

Fondatore del centro Ready To Run di Torre Boldone (BG), ex atleta di medio fondo (1.500 m in 3'46"66, 3º agli italiani assoluti). Oggi esperto in materiali per calzature e biomeccanica, interviene regolarmente su "Running Magazine" per approfondire innovazioni nella corsa.

Alessandro NOCERA

Figura di spicco nella formazione dell'atletica italiana, pluripremiato nella velocità e nel settore giovanile. Coaching di livello nazionale e internazionale si occupa dello sviluppo completo degli sprinter, è stato Head Coach della nazionale italiana Under 15 di basket.

Francesca VITALI

Assistant Professor (RTD-B) in Psicometria e Psicologia dello Sport presso l'Università di Verona. Esperta in processi motivazionali, prevenzione del burnout nei giovani atleti e promozione dell'attività fisica, ha svolto ruoli tecnici per CONI, FISJ, squadre sportive professionali e federazioni giovanili.

ATLETICAmente

Sabato 08 Novembre 2025

Ore 14.00	Apertura Accrediti	
Ore 14.30	Saluti Istituzionali e Presentazione Convegno Dino PONCHIO Presidente del CONI Veneto Marco RIVA Presidente CONI Lombardia Diego BONAVINA Assessore Sport Comune di Padova Sergio BALDO Presidente CR FIDAL VENETO	
Ore 14.45-15.45	“Mito...Ke? – Mitocondri, Krebs....ancora?” Il Costo energetico e meccanica della-delle corse	Pierluigi FIORELLA
Ore 15.45-16.45	“Il cocktail giusto!” Come “organizzare” - “controllare”- “modulare” Quantità e Intensità nel piano di allenamento in relazione al-ai “gol” da fare	Luca FILIPAS
Ore 16.45-17.00	Coffee Break	
Ore 17.00-18.00	“I record li fanno gli Atleti o le scarpe?” Quanto contano i nuovi materiali per “costruire” primati	Luigi FERRARIS
Ore 18.00-19.00	“Basta la testa per i record?” Importanza, significato e limiti della preparazione mentale	Francesca VITALI
Ore 19.00-19.30	Question time	

Domenica 09 Novembre 2025

Ore 8.30	Apertura Accrediti	
Ore 9.00-10.00	“il Campione si vede dai particolari” (De Gregori) La Corsa: “gesto” trasversale dello sport e dell’atletica. Come impostare e correggere il giovane e riportare l’evoluto al “modello ideale” di corsa	Alessandro NOCERA
Ore 10.00-11.00	“Interval-Training; Estenuant-Training; Fartlek; Int. Tr. Friburghese; Killer-Diller-” Evoluzione nel tempo delle metodologie di allenamento della corsa	Renato CANOVA
Ore 11.00-11.30	Coffee Break	
Ore 11.30-12. 30	“Barabba e l’Angelo Custode” Analogie e differenze nell’allenare Bordin e Baldini	Luciano GIGLIOTTI intervistato da Franco BRAGAGNA
Ore 12.30-13.00	Question time, chiusura lavori e consegna attestati	

ATLETICAmente

QUOTE D'ISCRIZIONE e PAGAMENTO

- **GRATUITO:** n. 30 posti riservati agli **Studenti di Scienze motorie dell'Università di Padova**, regolarmente immatricolati. Al momento della registrazione nel sito CONI è obbligatorio inserire il numero di matricola nella casella "ALTRO"
- **€ 30,00 (euro trenta/00)** per Diritti di segreteria per Tecnici e allenatori
- **€ 25,00 (euro 25/00)** per Diritti di segreteria **SOLO** per Tecnici e allenatori tesserati FIDAL
- Ad iscrizione immessa, dovrà essere effettuato il bonifico bancario della quota di partecipazione di **€ 30,00 (o € 25,00 se FIDAL)** all'IBAN del CONI CR VENETO: **IT90P0100512100000000013678**, indicando come causale **"ATLETICAmente + nominativo del partecipante"**. La copia della contabile del bonifico dovrà essere inviata via mail all'indirizzo veneto@coni.it.

MODALITÀ ISCRIZIONE

Le iscrizioni verranno accettate, in ordine cronologico, fino al raggiungimento di **250** unità. Esse dovranno essere effettuate on-line al sito <https://veneto.coni.it/scuola-regionale-dello-sport.html> previa registrazione nell'area riservata seguendo le indicazioni riportate, entro e non oltre **le ore 24.00 del giorno martedì 04 novembre 2025**.

CREDITI FORMATIVI

- FIN 1 CF, FISG 1CF, FIPE 1CF, FID FIBS e FITri riconosceranno CF altri in via di definizione

SEDE DEL CONVEGNO:

OIC - FONDAZIONE OPERA IMMACOLATA CONCEZIONE ONLUS Via Toblino 53, Padova

In auto da nord:

- autostrada A4 MI-PD e TS-PD: uscita Padova Ovest;
- proseguire diritti percorrendo il sottopassaggio ed immettersi sulla SS47 (indicazione Terme Euganee);
- proseguire in Corso Australia e Corso Boston (tangenziale);
- girare a destra in Via Armistizio e proseguire sempre diritto in via Romana Aponense;
- al terzo semaforo, girare a destra per via Monselice; dopo circa 3 km, girare a sinistra per via Latisana, via S. Maria d'Abano;
- dopo circa 150 metri, girare a sinistra per via Mestre/Toblino (Zona Mandria).

In auto da sud:

- autostrada A13 BO-PD: uscita Padova Sud;
- proseguire diritti, prendere la 3^a uscita, girare a destra in via Armistizio e seguire le indicazioni per Abano Terme percorrendo via Romana Aponense;
- al terzo semaforo, girare a destra per via Monselice; dopo circa 3 km, girare a sinistra per via Latisana, via S. Maria d'Abano;
- dopo circa 150 metri, girare a sinistra per via Mestre/Toblino (Zona Mandria)

SEGRETERIA: SCUOLA REGIONALE dello SPORT del VENETO

c/o CONI VENETO – Stadio Euganeo (Curva Sud – 2° piano – via Nereo Rocco – 35135 Padova
tel 049.604094 fax 06.32723519 mail veneto@coni.it; www.veneto.coni.it/veneto/scuola-regionale