

# WEBINAR DI TRAINING PARALIMPICO



## APRILE

### **9 APRILE ORE 17.00**

"Posizione biomeccanica in handbike: quali sono le variabili che la definiscono" con Vittorio Podestà, campione paralimpico.

### **16 APRILE ORE 18.00**

"Strategie di gestione dello stato di attivazione e influenze sulla performance" con Lucia Nobis, psicologa dello sport.

### **23 APRILE ORE 18.00**

"Tecniche e segreti dell'indoor training" con PIALBERTO BUCCOLIERO, atleta paralimpico.

### **30 APRILE ORE 18.00**

"Il metabolismo energetico" con Francesco Chiappero, preparatore atletico.

### **PRIMO APPUNTAMENTO**

**IL 2 APRILE ORE 18.00**

**"I MISURATORI DI  
POTENZA" CON**

**FRANCESCO CHIAPPERO,  
PREPARATORE ATLETICO.**

**PARTECIPERÀ A QUESTA  
SESSIONE COME GRADITO  
OSPITE ANCHE IL DOTT.**

**CLAUDIO COSTA**

**FONDATORE DELLA CLINICA  
MOBILE DEL  
MOTOMONDIALE.**

**Per iscriversi, fino ad esaurimento posti, basterà mandare una mail all'indirizzo [selezione@obiettivo3.com](mailto:selezione@obiettivo3.com), indicando i dati personali, il webinar di interesse e un recapito telefonico.**

## MAGGIO

### **7 MAGGIO ORE 18.00**

"L'ansia competitiva. Che cos'è e come riconoscerla, spunti per affrontarla e gestirla" con Marta Ghisi, docente di Psicologia dello Sport e della Salute dell'Università di Padova.

### **14 MAGGIO ORE 18.00**

"La meccanica e la manutenzione del mezzo" con PIALBERTO BUCCOLIERO, atleta paralimpico.

### **21 MAGGIO ORE 18.00**

"Cos'è e dove si trova la motivazione" con Alex Zanardi, campione paralimpico e fondatore di Obiettivo3.