

PROGRAMMA

1° SAVINO DEL BENE HEALTH AND PERFORMANCE CONFERENCE

Sabato 23 maggio 2026

Social Hub Belfiore - Viale Belfiore 55 - Firenze

8:00 Registrazione dei partecipanti

8:45 Introduzione e apertura lavori – Sebastiano Cencini

Basi fisiologiche dell'atleta donna – Modera Monica Fabbri

09:00/09:15 – Regolazione ormonale e salute del sistema endocrino nelle atlete di pallavolo – Leonardo Ermini

09:15/09:30 – Il ciclo mestruale come parametro vitale: cosa è fisiologico e cosa no? - Silvia Vannuccini

09:30/09:45 – Fabbisogni nutrizionali e integrazione dell'atleta donna – Cristian Petri

09:45/10:00 – Q&A

Sostenibilità della performance femminile – Modera Monica Fabbri

10:00/10:15 – Prevenzione degli infortuni nel volley: il modello Savino Del Bene – Sebastiano Cencini

10:15/10:30 – Deficit energetico relativo (REDs): il silenzioso declino dell'atleta? – Lisa Cosi

10:30/10:45 – Psicologia dello sport e performance: spunti applicativi per atlete, staff e club – Antonio Sacco

10:45/11:00 - Q&A

11:00/11:30 Coffee break

Preparazione fisica dell'atleta donna – Modera Monica Fabbri

11:30/11:45 – Gestione del lavoro fisico con un calendario congestionato – Marco Sesia

11:45/12:00 – Errori comuni nella preparazione fisica della pallavolista adolescente – Andrea Delvecchio

12:00/12:15 – Il modello Schio Basket: allenamento in sala pesi e ciclo mestruale – Caterina Todeschini

12:15/12:30 - Q&A

12:30/14:00 Pranzo e meeting espositori

Il dolore anteriore di ginocchio nella pallavolo – Modera Eligio Cavalli

14:00/14:15 – Imaging e overuse: come leggere i segni del sovraccarico nelle pallavoliste – Luigi Pedone

14:15/14:30 – Quando la porto in sala operatoria? – Gabriele Thiebat

14:30/14:45 – Approccio riabilitativo – Gioele Corti

14:45/15:00 - Q&A

Le lesioni muscolari della parete addominale nel volley – Modera Eligio Cavalli

15:00/15:15 – Inquadramento clinico e gestione delle lesioni muscolari nell'addome – Diego Contro

15:15/15:30 – Riabilitazione: cosa dovrebbero imparare gli addominali dagli hamstring? – Marco Candiloro

15:30/15:45 – Pavimento pelvico e core: implicazioni cliniche nelle lesioni addominali nel volley – Elia Bassini

15:45/16:00 - Q&A

16:00/16:15 Test e Valutazione ECM

16:15/16:30 Chiusura convegno e consegna attestati