

Corso ECM

## **1.0 Nuovi orientamenti nella prevenzione e gestione degli infortuni del Runner**

18 – 19 Aprile 2026

**Ugly Crossfit, Via Mambrini 1e - 46100 Mantova**

### **PROGRAMMA:**

#### **Giorno 1**

8:00 – 8:30 Introduzione  
8:30 – 9:30 Valutazione clinica del runner infortunato  
9:30 – 10:00 Biomeccanica di corsa  
10:00 – 10:15 *Coffee Break*  
10:15 – 11:00 Biomeccanica di corsa  
11:00 – 12:00 Fattori di rischio per gli infortuni associati alla corsa: anatomia, biomeccanica e forza  
12:00 – 13:00 *Pausa pranzo*  
13:00 – 14:30 Scarpe da corsa  
14:30 – 14:45 *Coffee Break*  
14:45 – 16:00 Scarpe da corsa (continuazione)  
16:00 – 18:00 Running gait: Valutazione & Gait retraining

#### **Giorno 2**

8:30 – 9:00 Domande + revisione del Giorno 1  
9:00 – 10:00 Quantificazione dello stress meccanico  
10:00 – 10:15 *Pausa*  
10:15 – 12:00 Gestione dei carichi di allenamento: Cross-training & Training modulation  
12:00 – 13:00 *Pausa pranzo*  
13:00 – 14:00 Fattori estrinseci: Stretching, plantari, superfici di corsa  
14:00 – 14:15 *Pausa*  
14:15 – 17:00 Trattamenti evidence-based per i principali infortuni associati alla corsa  
17:00 – 17:30 Gestione di alcune problematiche di gara (iponatremia, ipertermia, etc.)  
17:30 – 18:00 Discussione e revisione finale, Prova ECM, consegna dei certificati e conclusione del corso

### **DOCENTI**

Vallesio Davide, Fisioterapista, OMPT

Renzo Alessandro Raimondi, Fisioterapista, OMPT

### **RAZIONALE**

Il corso “Nuovi orientamenti nella prevenzione e gestione degli infortuni associati alla corsa” ha già rivoluzionato la mentalità di moltissimi professionisti della salute e dello sport in tutto il mondo. Sulla base delle **più recenti evidenze scientifiche**, si mettono in discussione diverse pratiche molto diffuse ma ingiustificate.

## Obiettivi del corso

Dopo il corso, i partecipanti saranno in grado, sulla base delle più recenti evidenze scientifiche, di:

- Eseguire un'accurata valutazione del runner infortunato (con gli occhi del clinico ma anche con gli occhi di un runner)
- Capire la biomeccanica di corsa e le specificità delle differenti tecniche di corsa
- Comprendere le relazioni tra anatomia, biomeccanica, forza e patologie
- Conoscere e classificare le diverse scarpe da running
- Prescrivere la scarpa più appropriata per ogni runner
- Valutare la biomeccanica di corsa in un setting clinico
- Mettere in atto gli interventi più efficaci di running gait retraining
- Selezionare la strategia di trattamento più appropriata in base alla fase dell'infortunio (protezione vs. adattamento)
- Comprendere come gestire una corretta quantificazione dello stress meccanico per la gestione e la prevenzione degli infortuni
- Sapere se e quando consigliare esercizi di allungamento
- Decidere se raccomandare o meno plantari per determinate patologie
- Comprendere le caratteristiche specifiche delle diverse superfici di corsa
- Eseguire e insegnare andature ed esercizi per la corsa
- Consigliare un cross-training e un'appropriata modulazione dell'allenamento in base a specifici infortuni
- Consigliare nuovi esercizi/interventi per i più frequenti infortuni associati alla corsa
- Eseguire tecniche di taping per le patologie associate alla corsa

## TARGET

Medico tutte le discipline, Fisioterapista, Podologo, Nutrizionisti, Tecnici Ortopedici

## RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dr. Davide Vallesio, Fisioterapista, OMPT

## SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

### RUNNING CLINIC

Davide Vallesio

3493539959

[davide.vallesio@gmail.com](mailto:davide.vallesio@gmail.com)

95, Chemin du Brule, Lac Beauport

## PROVIDER

EDUMED SRL

Id provider 6896

Via della Badia, 18 - 25127, Brescia

tel. +39 333 119 8827

[info@edumed.it](mailto:info@edumed.it)

[www.edumed.it](http://www.edumed.it)

## Formato europeo per il curriculum vitae

### Informazioni personali

|                 |                                                                                             |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nome            | <b>Renzo Alessandro Raimondi</b>                                                            |
| Indirizzo       | <b>Via Belvedere 6 Malgrate (Lc), cap 23864</b>                                             |
| web             | <b><a href="http://www.fisiorun.it">www.fisiorun.it</a></b>                                 |
| E-mail          | <b><a href="mailto:renzofisiorun@gmail.com">renzofisiorun@gmail.com</a></b>                 |
| Pec             | <b><a href="mailto:renzoalessandroraaimondi@pec.it">renzoalessandroraaimondi@pec.it</a></b> |
| Nazionalità     | <b>Italiana</b>                                                                             |
| Data di nascita | <b>01/09/1979</b>                                                                           |

### Esperienza lavorativa

- |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| • Date (da – a)                         | 2002 ad oggi                                                                                                                                                                                                                                                           |
| • Tipo di impiego                       | Fisioterapista, Libero Professionista/ Titolare                                                                                                                                                                                                                        |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Poliambulatorio in Lecco e<br>Ambulatorio Privato in Mandello del Lario                                                                                                                                                                                                |
| • azienda/ settore                      | Settore sanitario                                                                                                                                                                                                                                                      |
| • Principali mansioni e responsabilità  | Riabilitazione e terapia manuale in ambito ortopedico delle disfunzioni muscoloscheletriche.<br>Terapia Manuale -Riabilitazione Ortopedica - Riabilitazione Sportiva - Esperto in infortuni associati allo sport in particolare nel mondo della corsa e del triathlon. |
| • Date (da – a)                         | 2019 ad oggi                                                                                                                                                                                                                                                           |
| • Tipo di impiego                       | Docenza ricerca formazione e divulgazione                                                                                                                                                                                                                              |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | La Clinique du Coureur/ The Running Clinic/ La Clinica Del Running                                                                                                                                                                                                     |
| • azienda/ settore                      | Settore formativo sanitario                                                                                                                                                                                                                                            |
| • Principali mansioni e responsabilità  | -Assistenza e Docenza corsi di formazione per professionisti sanitari sulla gestione valutazione e prevenzione degli infortuni muscolo scheletrici associati al running.                                                                                               |
| • Date (da – a)                         | 2022 -2023                                                                                                                                                                                                                                                             |
| • Tipo di impiego                       | Docenza Master di I Livello in Fisioterapia Muscoloscheletrica e Reumatologica                                                                                                                                                                                         |

• Nome e indirizzo del datore di lavoro Dipartimento di Neuroscienze Umane della Sapienza” Università di Roma

• azienda/ settore Settore formativo universitario

• Date (da – a) 1998/1999

• Nome e indirizzo del datore di lavoro Centro sportivo Aeronautica Militare, Vigna di Valle (Roma)

• Tipo di azienda o settore Sportivo/militare

• Tipo di impiego Atleta

• Principali mansioni e responsabilità Atleta di interesse nazionale, specialita’ 400 ostacoli e 400 piani

### Istruzione e formazione

• Date (da – a) 2013-2014

• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Università degli Studi di Genova - Campus di Savona - Dipartimento di Neuroscienze, Riabilitazione, Oftalmologia, Genetica e Scienze Materno-Infantili

• Qualifica conseguita **Master universitario in Riabilitazione dei Disordini Muscoloscheletrici**

• Date (da – a) 1999-2002

• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Università degli Studi dell’Insubria, Facoltà di Medicina e Chirurgia

• Qualifica conseguita **Dottore in fisioterapia**  
**Voto 110/110 con Lode**

• Date (da – a) 1993/1998

• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Liceo Scientifico G.B. Grassi Lecco

• Qualifica conseguita Maturita’ scientifica con votazione **60/60**

• Date (da – a) 2002 ad oggi

• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Sedi varie

|                                                      |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| • Nome e tipo di istruzione e formazione             | Corsi di terapia manuale e osteopatia tra i quali:<br>Corso di medicina ortopedica ETGOM Cyriax, Osteopatia,<br>Corso Maitland IMTA,<br>Corso McKenzie, diagnosi e terapia meccanica. |
| • Date (da – a)                                      | 2011                                                                                                                                                                                  |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Sedi varie                                                                                                                                                                            |
| • Nome e tipo di istruzione e formazione             | Istruttore Atletica Leggera (Fidal)                                                                                                                                                   |

### **Capacità e competenze personali**

Madrelingua      **Italiana**

Altre lingue

#### **Inglese e Francese**

|                                 |            |
|---------------------------------|------------|
| • Capacità di lettura           | Eccellente |
| • Capacità di scrittura         | Buono      |
| • Capacità di espressione orale | Buono      |

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".  
Malgrate, 20/2/2025,

## INFORMAZIONI PERSONALI

## Davide Vallesio



Via San Carlo 21, Chivasso (TO), Italy

+39 3493539959

davide.vallesio@gmail.com

Sesso M | Data di nascita 01/07/1992 | Nazionalità Italiana

## ESPERIENZE LAVORATIVE

Agosto 2018 - Presente

**FisioSprint**

Fondatore e fisioterapista presso lo studio fisioterapico FisioSprint a Crescentino (VC)  
[www.fisiosprint.it](http://www.fisiosprint.it)

Gennaio 2024 - Presente

**GeneaBiomed S.r.l.**

Fisioterapista presso lo studio medico polispecialistico Genea Biomed S.r.l. a Chivasso (TO)  
[www.geneabiomed.it](http://www.geneabiomed.it)

Da Gennaio 2022

**Docente Master "FISIOTERAPIA MUSCOLOSCHIELETRICA E REUMATOLOGICA" Università La SAPIENZA di ROMA**

Responsabile della didattica e Docente a contratto per il modulo "Valutazione e trattamento dell'ARTO INFERIORE: GINOCCHIO"

Settembre 2019 - Presente

**Docenza, ricerca, formazione e divulgazione - La Clinica Del Running – Italia**

Docente per i corsi 1.0 "Nuovi orientamenti sulla prevenzione delle patologie del runner", 1.1 "Valutazioni delle patologie degli arti inferiori" e 1.2 "Esercizio terapeutico per patologie agli arti inferiori" e 1.3 "Il piede del runner: presa in carico e gestione" organizzati dall'associazione internazionale The Running Clinic.

Ho partecipato inoltre alla traduzione del libro "La salute nella corsa" e del corso online, accreditato ECM "PEACE&LOVE gestione degli infortuni muscoloscheletrici acuti"

18-19 Febbraio 2022

**Docente per il corso "1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa"**

Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso il Poliambulatorio FisiolAb 2.0 a Tavernuzze (FI)

20-21- Febbraio 2022

**Docente per il corso "1.2 Esercizio terapeutico per patologie agli arti inferiori"**

Corso accreditato di 15 crediti ECM, e svolto presso il Poliambulatorio FisiolAb 2.0 a Tavernuzze (FI)

22 Febbraio 2022

**Docente per il corso "1.3 il piede del runner: presa in carico e gestione"**

Corso accreditato di 8 crediti ECM, e svolto presso il Poliambulatorio FisiolAb 2.0 a Tavernuzze (FI)

23 Febbraio 2022

**Docente per il corso "1.3 il piede del runner: presa in carico e gestione"**

Corso accreditato di 8 crediti ECM, e svolto presso EURO hotel residence Concorezzo (MB)

1-2 Aprile 2022

**Docente per il corso "1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa"**

Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso il Le Dune - Borgaretto (TO)



- 3-4 Aprile 2022 **Docente per il corso “1.1 Valutazione degli infortuni degli arti inferiori”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso il Le Dune - Borgaretto (TO)
- 8-9 Aprile 2022 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso il Mitico Hotel - Bologna (BO)
- 10-11 Aprile 2022 **Docente per il corso “1.1 Valutazione degli infortuni degli arti inferiori”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso il Mitico Hotel - Bologna (BO)
- 26-27 Giugno 2022 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso lo studio Più Club di Rovereto (TN)
- 13-14 Ottobre 2022 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso l'Euro Hotel Residence Concorezzo (MB)
- 15-16 Ottobre 2022 **Docente per il corso “1.1 Valutazione degli infortuni degli arti inferiori”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso l'Euro Hotel Residence Concorezzo (MB)
- 16-17 Febbraio 2023 **Docente per il corso “1.1 Valutazione degli infortuni degli arti inferiori”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso la sede Edumed SRL, Brescia (BS)
- 18-19 Febbraio 2023 **Docente per il corso “1.2 Esercizio terapeutico per patologie agli arti inferiori”**  
Corso accreditato di 15 crediti ECM, e svolto presso la sede Edumed SRL, Brescia (BS)
- 04-05 Marzo 2023 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso la sede Edumed SRL, Brescia (BS)
- 01-02 Aprile 2023 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso 4 Spa Resort Hotel, Catania (CT)
- 13-14 Maggio 2023 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso la sede NewMaster, Roma
- 30/09-01/10 2023 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso 10XAthletics Milano (MI)
- 22-23 Ottobre 2023 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso Sport Clinic Center Firenze (FI)
- 9-10 Febbraio 2024 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso AltaFormazione, Santeramo in Colle (BA)
- 2-3 Marzo 2024 **Docente per il corso “1.0 Nuovi orientamenti sulla prevenzione degli infortuni associati alla corsa”**  
Corso accreditato di 16 crediti ECM, e svolto presso Fit Club, Guastalla (RE)



- 24 Febbraio 2024 **Corso interno per AZIMUT s.r.l, Via della Repubblica 6, Biella**  
Decente per i dipendenti AZIMUT Riabilitazione, per un giorno di formazione specialistica sulle patologie da sovraccarico dell'arto inferiore
- 16 Giugno 2023 **Workshop per il congresso internazionale GIS SPORT**  
Workshop pregressuale "running analysis and re-training", al congresso internazionale GIS SPORT alla sede Techonogym Cesena (FC)
- 30/05/2019 – 18/06/2020 – 11/06/2021 – 02/07/2021 – 27/06/2022 **Corso Terapia Manuale**  
Lezione di 8 ore agli studenti del III anno del corso di Laurea in Fisioterapia, dell'Università del Piemonte Orientale sulle tecniche di terapia manuale e trattamento di lombalgia e cervicalgia
- Dal 2023 **Corso Terapia Manuale**  
Cattedra per attività integrativa di 30 ore di TERAPIA MANUALE: modello carico-capacità di carico, trattamento infortuni acuti, valutazione e trattamento distorsione di caviglia, valutazione e trattamento Legamento crociato Anteriore, valutazione e trattamento delle lesioni muscolari, valutazione e trattamento del mal di schiena, valutazione e trattamento della cervicalgia, valutazione e trattamento della lesione di cuffia dei rotatori, neurodinamica
- Luglio 2019 – 31 dicembre 2023 **Residenza socioassistenziale "C. PAVESE"**  
Fisioterapista presso l'RSA "C. Pavese" a Cavagnolo (TO) per un totale di 12 ore a settimana. In aggiunta alla pratica clinica svolgo attività di coordinamento del lavoro dell'area riabilitativa. Svolgo presso questa sede attività di formazione del personale su "Movimentazione manuale dei carichi" e prevenzione delle patologie del rachide.
- Marzo 2015 –Luglio 2019 **Residenza socioassistenziale "IL GIGLIO"**  
Fisioterapista presso l'RSA "IL GIGLIO" a Albagnano (AT) per un totale 25 ore fino ad Agosto 2018, in seguito il contratto era di 9 ore a settimana. In aggiunta alla pratica clinica ho svolto attività di coordinamento del lavoro dell'area riabilitativa. Ho svolto presso questa sede attività di formazione del personale su "Movimentazione manuale dei carichi" e prevenzione delle patologie del rachide.
- Febbraio – Marzo 2015 **Isokinetic**  
Tirocinio di 160 ore presso il centro Isokinetic di Torino. Struttura specializzata nel trattamento di sportivi d'élite.

## EDUCAZIONE E FORMAZIONE

- 13-14 Ottobre 2023 **Congresso internazionale "Le Congres"**  
Partecipazione in qualità di moderatore e auditore al congresso internazionale "Le Congres" de La Clinique Du Courreur, a Lione (Francia)
- 7-8 Aprile 2019 **New trends in the prevention of running injuries**  
Corso 1.0 organizzato da The Running Clinic
- 2-3 Febbraio 2019 **Il problema dolore**  
Gestione del dolore in pratica clinica, Pain In Motion
- 29-30 Settembre 2018 **La pratica dell'EPB**  
Pillole di medicina basata sull'evidenze per clinici dubbiosi, Fisiobrain
- 10-11-12 Novembre 2017 **Corso di I livello di trigger point Dry Needling**  
Associazione Dry Needling Italia





- Gen 2015 – Ott 2016 **Master Universitario di I livello in “Riabilitazione dei disturbi muscoloscheletrici”**  
Università degli studi di Genova, con tesi dal titolo: “L'utilizzo della tecnica del Dry Needling nella gestione delle tendinopatie dell'arto inferiore”
- Ott 2011 – Nov 2014 **Laurea in Fisioterapia (109/110)**  
Università degli studi del Piemonte Orientale, sede di Novara, con tesi dal titolo: “Rottura del legamento crociato anteriore del ginocchio: gestione conservativa o chirurgica?”
- Congressi scientifici e formativi Partecipazione periodica a congressi scientifici organizzati da associazioni a cui sono iscritto (AIFI), (Gruppo Terapia Manuale), e associazioni culturali quali FizioBrain
- Progetto Erasmus Progetto Erasmus presso l'università San Jorge di Villanova de Gallego (Zaragoza)  
Tirocinio pratico in autonomia in ambito ortopedico e sportivo presso:  
Clinica Enrique Sierra Fisioterapia e Trauma Aragon.
- Hobby Sono un runner amatoriale con la passione dello sport, dell'attività fisica e della competizione. Sono un grande amante degli sport in generale, ho praticato a livello agonistico, calcio, pallacanestro, nuoto, atletica.
- Abilità comunicative e organizzative Ottime capacità relazionali con colleghi e buone capacità comunicative ed empatiche con i pazienti. Ho sempre pensato che il lavoro in equipe possa migliorare ciascun componente della stessa e, laddove è possibile, cerco sempre una buona collaborazione sia tra i colleghi sia con i pazienti.
- Lingua Madre lingua italiano. Eccellente conoscenza della lingua spagnola sia parlata che scritta. Ottima conoscenza dell'inglese, scolastica conoscenza della lingua francese

## INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

- Dati personali Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 “Codice in materia di protezione dei dati personali”.

02/09/2024


