

Corso ECM  
**Corso di specializzazione in return to sport**  
**24-25 Gennaio 2026**  
**21-22 Febbraio 2026**  
**07-08 Marzo 2026**  
Via Po, 2, 20871 Torri Bianche, Vimercate (MB)  
**Upgrade Training Center**

## PROGRAMMA

### **24-25 Gennaio 2026 - Seminario Lesioni Muscolari – Luca Vergani e Massimo Zanovello**

Questo seminario offrirà un approfondimento avanzato sul return to play (RTP) nelle lesioni muscolari dell'arto inferiore, con un focus specifico sulle fasi finali del percorso riabilitativo e il ritorno allo sport.

Il programma inizierà con una revisione dettagliata delle principali lesioni muscolari, includendo i meccanismi di lesione, i protocolli di trattamento e le strategie di riabilitazione basate sulle evidenze scientifiche più recenti. Successivamente, verrà data particolare attenzione alla gestione delle fasi finali del processo riabilitativo, essenziali per un RTP quanto più efficace possibile.

Ampio spazio sarà dedicato alle esercitazioni pratiche in campo, che comprenderanno simulazioni di situazioni sportive, test di valutazione funzionale e metodologie di monitoraggio del carico di lavoro. Verranno inoltre analizzate strategie di gestione dei carichi e protocolli per il monitoraggio oggettivo e soggettivo della progressione, al fine di ottimizzare il recupero e prevenire recidive.

#### **GIORNO 1**

- 09.00-09.45: Valutazione iniziale, anamnesi e ruolo dell'imaging
- 09.45-10.30: Test di mobilità
- 10.30-11.15: Test di forza
- 11.15-11.30: Coffee break
- 11.30-12.00: Il controllo lombopelvico: test e retraining
- 12.00-13.30: Il ruolo dell'esercizio nella fase acuta (come caricare? Come mantenere la fitness generale? Come costruire un framework di lavoro?)
- 13.30-14.30: Pausa Pranzo
- 14.30-16.00: Principi di S&C applicati alle lesioni muscolari
- 16.00-16.15: Coffee break
- 16.15-17.00: Chasing robustness e l'importanza dell'overall fitness
- 17.00-18.00: Sistemi di monitoraggio del percorso riabilitativo e loro applicazione

#### **GIORNO 2**

- 09.00-11.00: Attività running e sprint-related. The fast>fit approach by Murdoch.
- 11.00-11.15: Coffee break
- 11.15-12.30: Sistemi di monitoraggio del training load e gestione del carico
- 12.30-13.30: Costruzione di un framework per RTP
- 13.30-14.30: Pausa Pranzo
- Le esercitazioni sport-specifiche nella riabilitazione delle lesioni muscolari.
- 14.30-15.30: Modello chaos-control
- 15.30-16.30: La riabilitazione gesto-specifica
- 16.30-16.45: Coffee break
- 16:45-18:15Casi Clinici

### **21-22 Febbraio 2026 - Seminario Knee Pain – Nicholas Miraglia e Roberto Ricupito**

La riabilitazione del legamento crociato è un percorso molto lungo, tortuoso, complicato e spesso ricco di confusione per l'enorme mole di informazioni.

Le figure professionali che prendono parte a questo processo e partecipano alla decision making sono numerose: medici, fisioterapisti, preparatori atletici, nutrizionisti e psicologi.

L'obiettivo del seminario sarà quello di creare una ponte e colmare la zona grigia tra la sfera riabilitativa e quello sport specifica/performante creando una profonda relazione tra il fisioterapista e il preparatore atletico. Il corso prenderà in considerazione la fase intermedio - finale del processo di recupero proprio per porre l'attenzione sulla gestione del transito gym? on field e per programmare e sviluppare delle sessioni specifiche alla pratica sportiva del soggetto.

## GIORNO 1

- 9.00-10:00 "ACL Journey": pianificazione, fasi e raggiungimento obiettivi
- 10-11:15 Principi riabilitativi e principi dell'allenamento nelle principali problematiche del ginocchio: una progressione basata su criteri clinico-funzionali
- 11:15-11:30 coffe break
- 11:30-13:00 Meccanismi di dolore e adattamenti neuroplastici dopo infortunio al ginocchio
- 13:00-14:00 Pausa pranzo
- 14:00-16:00 Return to running nel crociato (KPI, assessment, management)
- 16:00-16:15 Coffee break
- 16:15-17:30 Key performance indicators nella riabilitazione del crociato
- 17:30-18:00 Q&A

## GIORNO 2

- 9.00-09:30 Riassunto giornata precedente
- 09:30-10:30 L'uso del GPS durante il processo di recupero
- 10:30-11:30 On field rehab: ritorno alle capacità deceleranti verticali e orizzontali
- 11:30-11:45 coffe break
- 11:45-13:00 On field rehab: ritorno alle capacità accelerative
- 13:00-14:00 Pausa pranzo
- 14:00-16:00 On field rehab: change of direction
- 16:00-16:15 Coffee break
- 16:15-17:30 On field rehab: sport specific scenario e return to play criter

## 07-08 Marzo 2026 - La forza nel return to play – Antonio Squillante

Il corso è finalizzato a fornire strumenti pratici e teorici per l'analisi funzionale dell'atleta, con l'obiettivo di ottimizzare le performance e ridurre i rischi di infortunio. Attraverso test specifici e metodologie avanzate di allenamento, verranno analizzate forza, potenza e asimmetrie muscolari, insieme all'uso dei dati per programmare efficacemente il Return To Play (RTP). Il corso include sessioni live incentrate su principi di programmazione, monitoraggio dei KPI, e approcci innovativi all'allenamento in sala pesi (eccentrico, isometrico, BFR).

## GIORNO 1

- **09:00 – 09:30** Introduzione al corso e presentazione degli obiettivi formativi
- **09:30 – 11:00** Test funzionali: forza e potenza  
Differenze tra forza massima, esplosiva e potenza  
Protocolli e strumenti per la valutazione specifica
- **11:00-11:15** Coffee break
- **11:15 – 13:00** Asimmetrie muscolari  
Analisi degli squilibri tra lato dominante e non dominante  
Impatto su prestazione e rischio infortuni
- **13:00-14:00** Pausa pranzo

- **14:00 – 16:00** Principi di programmazione nel Return To Play (RTP)  
Utilizzo di dati oggettivi nel monitoraggio  
Strutturazione della progressione dell'allenamento
- **16:00-16:15** Coffee break
- **16:15 – 17:30** Criteri di ritorno in campo e KPI  
Definizione degli indicatori di performance  
Casi studio ed esempi applicativi

## GIORNO 2

- **09:00 – 10:30** Allenamento eccentrico  
Meccanismi fisiologici  
Applicazioni per performance e prevenzione
- **10:30-10:45** Coffee break
- **10:45 – 13:00** Allenamento isometrico  
Utilizzo delle contrazioni statiche  
Incremento della forza in posizioni specifiche
- **13:00-14:00** Pausa pranzo
- **14:00 – 15:30** Allenamento con BFR (Blood Flow Restriction)  
Fondamenti teorici e benefici  
Applicazioni in riabilitazione e potenziamento muscolare
- **15:30-15:45** Coffee break
- **15:45 – 17:00** Sintesi conclusiva e sessione Q&A  
Integrazione dei contenuti trattati  
Domande, chiarimenti e indicazioni operative
- **17:00-17:30** Conclusione Corso e Test ECM

## DOCENTI

**Antonio Squillante**, laureato in scienze motorie

**Miraglia Nicholas**, Fisioterapista

**Prosperi Gionata**, Fisioterapista

**Vergani Luca**, Fisioterapista

**Zanovello Massimo**, Fisioterapista

**Ricupito Roberto**, Fisioterapista

**Turone Luca**, Fisioterapista

**Da Lozzo Giorgio**, laureato in scienze motorie

## RAZIONALE

Questo corso è progettato per offrire un percorso strutturato e approfondito sulla riabilitazione sportiva, con un focus specifico sul *return to play*. Attraverso un approccio metodologico e basato sulle più recenti evidenze scientifiche, il programma mira a creare un ponte tra fisioterapia e scienze motorie, delineando con chiarezza i ruoli e promuovendo una collaborazione efficace tra le diverse figure professionali coinvolte.

Il percorso formativo si articola in più moduli, durante i quali si alterneranno docenti esperti, tra fisioterapisti e preparatori atletici, per garantire una visione completa e integrata del processo riabilitativo. Le lezioni combineranno teoria, analisi di casi studio reali e sessioni pratiche, offrendo strumenti concreti per la gestione della riabilitazione sportiva, dalla fase iniziale fino al pieno recupero della performance atletica.

Il corso si concluderà con un esame finale che valuterà sia le conoscenze teoriche acquisite sia le competenze pratiche nella pianificazione e nell'implementazione di un programma di *return to play* personalizzato, in funzione delle esigenze dell'atleta e del contesto sportivo.

## TARGET

Fisioterapisti

## RESPONSABILE SCIENTIFICO

Squillante Antonio, laureato in scienze motorie

## 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)

## SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Riccardo Villa

Obiettivo Performance srl

Via Po 2 - 20871, Vimercate

Tel. + 39 3317303167

p.iva: 13762300963

[riccardo@obiettivoperformance.it](mailto:riccardo@obiettivoperformance.it)



Io sottoscritta ALBA MAGRI Legale Rappresentante di EDUMED SRL, Via della Badia, 18 – 25127  
Brescia, Id. Agenas 6896

DICHIARO

Che i Curriculum Vitae di tutti i docenti dell'evento sono archiviati presso gli archivi cartacei di  
EDUMED SRL, Via della Badia, 18 – 25127 Brescia

*Alba Magri*

Legale Rappresentante