

Elementi di biomeccanica applicati all'Atletica Leggera

Venerdì 11 aprile 2025 – Ore 21

<https://www.youtube.com/@Atleticaleggeratutorial>

Il seminario è finalizzato ad avvicinare i tecnici di Atletica Leggera ad un tema complesso come quello della biomeccanica. Verranno trattati alcuni concetti fondamentali declinandoli rispetto al correre, saltare e lanciare.

Ore 21,00 Registrazione dei partecipanti

Ore 21,15 **Introduzione (Moisè Paolo)**

Ore 21,30 **Biomeccanica e Atletica Leggera (Campolattaro Alberto)**

Definizioni generali

- Centro di massa. Differenza fra massa e peso. Unità di misura

Cinematica e metodi di calcolo di spazio, velocità, accelerazione e tempi, nella corsa, nei salti e nei lanci

- Velocità e accelerazione nelle gare di corsa. Velocità e accelerazione nel getto del peso. Velocità e accelerazione nel salto in lungo. Gittata nei lanci

Dinamica e metodi di calcolo di forze, impulso e potenza

- Differenze fra forza impulso e potenza. Impulso e forza nella corsa. Impulso e forza nel getto del peso. Impulso e forza nel salto verticale e nella caduta

Ore 23,00 Chiusura dei lavori

Destinatari:

Tecnici di Atletica Leggera. Insegnanti Educazione Fisica. Laureati e studenti in Scienze Motorie

Relatori:

Paolo MOISÈ Docente a contratto di Atletica e nel laboratorio di Metodologia e didattica dell'educazione motoria e sportiva (Università degli Studi di Torino) - Docente a contratto di Metodi e didattiche delle attività motorie I (Università Telematica degli Studi IUL di Firenze) - Allenatore Specialista Atletica Leggera (Lanci) Responsabile scientifico Rotolando S.r.l.- S.D. Walk Run Jump and Throw Academy.

Alberto CAMPOLATTARO Ingegnere appassionato di atletica leggera e di biomeccanica applicata allo sport - Istruttore FIDAL – Tecnico di Paolo Bellino (49"39 nei 400 hs nel 1991) Francesco Ricci (51"04 nei 400 hs-1993)-Responsabile del settore ostacoli del Battaglio CUS Torino Atletica Leggera.

Iscrizioni: E' sufficiente collegarsi all'ora prevista su <https://www.youtube.com/@Atleticaleggeratutorial>

La partecipazione all'evento è gratuita

Ai tecnici FIDAL che parteciperanno in sincrono verranno riconosciuti **0,5 crediti**