



Workshop Technogym

Saturday 14.00-15.30

The role of several cardiovascular equipments for rehabilitation and conditioning

Speakers: *Massarini M (Torino, I) Benvenuti P, Zanuso S, Caliandro P*

Gli attrezzi cardiovascolari possono essere utilizzati nella riabilitazione di un atleta con un duplice scopo: il ricondizionamento cardiovascolare in seguito a periodi di prolungata inattività e l'allenamento specifico di alcuni gruppi muscolari.

Affinché ciò avvenga con maggior sicurezza ed efficacia può essere di grande utilità conoscere le caratteristiche biomeccaniche degli attrezzi più comuni e i loro effetti sugli apparati cardio-circolatorio e muscolo-scheletrico.

Nel corso del Workshop quindi, saranno approfonditi i seguenti argomenti:

- Vantaggi e limiti dei differenti attrezzi cardiovascolari nel ricondizionamento dell'atleta infortunato.
- Analisi biomeccaniche a supporto dello sviluppo attrezzi sicuri.
- Il ruolo dell'elettromiografia nell'analisi di un nuovo attrezzo cardiovascolare.