

NUTRIZIONE E SPORT
“ LE VIE DEL BENESSERE ”



Corso di Formazione



Napoli 2019

23 Ottobre – 13 Novembre

Premessa

Le vie del benessere. “Il raggiungimento del massimo rendimento nei giovani atleti si può ottenere attraverso una corretta alimentazione correlata ad un’ adeguata attività sportiva.



Obiettivi:

Fornire a tutti i corsisti, tecnici delle FSN, giovani laureati e laureandi in scienze motorie, conoscenze sui meccanismi fisiologici legati alla nutrizione e sui principi fondamentali della nutrizione sportiva. Permettere ai partecipanti di conoscere come macro e micronutrienti possono contribuire a ottimizzare la composizione corporea, mantenendo un giusto tono muscolare che garantisca il raggiungimento di un ottimo rendimento nella pratica delle diverse attività sportive.



Durata

Il corso avrà inizio mercoledì 23 ottobre per continuare nei giorni: venerdì 25/10, mercoledì 30/10, mercoledì 6/11, sabato 9/11, e terminerà mercoledì 13 novembre 2019 per un totale di 6 giornate e 24 ore formative.



Destinatari

Tecnici delle FSN, ASD, EPS, Laureati e laureandi in Scienze Motorie, ad atleti del mondo sportivo purchè in possesso del diploma di scuola secondaria di 2° grado ed abbiano compiuto il 18° anno d’età.



Sede

Il corso si svolgerà presso le strutture del CONI Regionale della Campania in via Alessandro Longo 46/E Napoli.



Assenze

Sono consentite, tassativamente, **non oltre il 20% delle ore**, pena l’esclusione dagli esami di valutazione

Struttura didattica

Per il conseguimento degli obiettivi formativi e didattici, il corso prevede i seguenti moduli:

Per il conseguimento degli obiettivi e formativi e didattici, il corso prevede i seguenti moduli:

- Modulo 1** Igiene degli alimenti;
- Modulo 2** Macro e micronutrienti;
- Modulo 3** Valutazione dello Stato Nutrizionale;
- Modulo 4** Pratica di Antropometria, Impedenziometria e Adipometria;
- Modulo 5** Adattamenti fisiologici allo sport;
- Modulo 6** Nutrizione e sport nei vari stati fisiologici ;
- Modulo 7** Alimenti funzionali e i nutraceutici nello sport.

Processo didattico:

I docenti della SRdS adotteranno le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali con ausilio di sussidi audiovisivi;
- Discussioni in aula finalizzate all' eliminazione di eventuali aspetti poco chiari;
- Lavori di gruppo ed esercitazioni pratiche sull' analisi della composizione corporea.

Valutazione Finale

Sarà effettuata tramite un test di 30 domande a risposta multipla. La prova sarà ritenuta valida se il corsista risponderà come minimo a 16 risposte esatte.

Qualifica

Al termine del corso a tutti gli aventi diritto, sarà rilasciato un attestato di partecipazione da parte della Scuola Regionale dello Sport della Campania.

Iscrizioni

Il modulo di iscrizione, debitamente compilato, dovrà pervenire al CONI di Napoli via e-mail (napoli@coni.it) o consegnate a mano, in sede, entro le ore 13,00 di venerdì 18 ottobre 2019.

Saranno accettate le prime 60 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C. R. CONI Campania (www.campania.coni.it).

I corsisti ammessi, prima dell'inizio del corso, dovranno effettuare un bonifico bancario di euro 60,00. Intestazione: CONI-Comitato Regionale Campania Napoli. Causale: Corso di " nutrizione, integrazione e sport" Napoli. IBAN: IT97U0100503408000000013564

Firmato

Prof. Sergio Roncelli – Presidente Regionale CONI Campania

Ing. Agostino Felsani - Delegato CONI Point Napoli

Prof. Antonino Chieffo- Direttore Scientifico SRdS della Campania

Mercoledì 23 Ottobre 2019

CONI



15.15

Accredito corsisti
Saluti di benvenuto

Prof. Sergio Roncelli
Ing. Agostino Felsani
Prof. Antonino Chieffo

Coordinatore del corso: **Prof. Antonino Chieffo**

Collaboratore del corso: **Roberto Miccio**

15.30/17.25

Modulo – 6 – Sovrappeso e Obesità

Prof. ssa Maria Pina Mollica

17.25/17.35

Break

Break

17.35/19.30

Modulo – 3 – Valutazione dello Stato Nutrizionale

Dott. Angela Catapano

Venerdì 25 Ottobre 2019

CONI

15.30/17.25

Modulo – 1 - Educare alla salute

Dott. Giorgio Liguori

17.25/17.35

Break

Break

17.35/19.30

Modulo – 4 – Igiene degli alimenti

Dott. Marco Guida



Mercoledì 30 Ottobre 2019

CONI

15.30/17.25

Modulo – 2 - Macronutrienti e Micronutrienti

Prof. ssa Maria Pina Mollica

17.25/17.35

Break

Break

17.35/19.30

Modulo – 6 – Dieta Vegetariana e Sport

Dott. Fabiano Cimmino

Mercoledì 6 Novembre 2019

CONI

15.30/17.25

Modulo – 5 – Adattamenti fisiologici allo sport.

Prof. ssa Maria Pina Mollica

17.25/17.35

Break

Break

17.35/19.30

Modulo – 6- Nutrizione e sport nelle varie fasce d'età.

Prof. ssa Maria Pina Mollica



Sabato 9 Novembre 2019

CONI

9.30/13.30

Modulo – 4 - Pratica di Antropometria, Impedenziometria e Adipometria.

Dott. Angela Catapano

Mercoledì 13 Novembre 2019

CONI

15.30/16.30

Modulo – 6 - Nutrizione e sport in gravidanza e allattamento

Prof. ssa Maria Pina Mollica

17.25/17.35

Break

Break

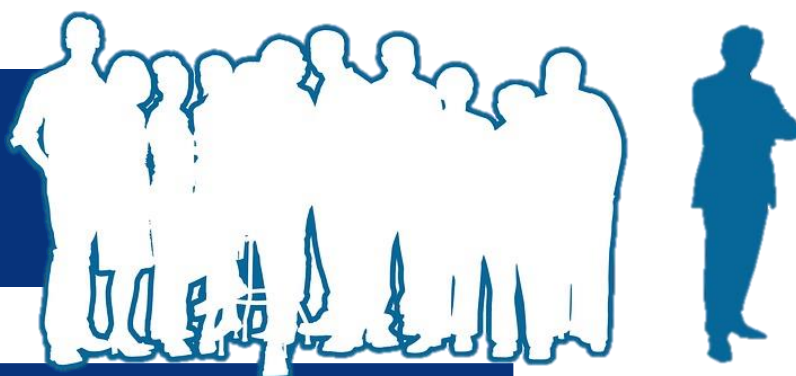
17.35/19.30

Modulo – 7 – Alimenti funzionali e nutraceutici nello sport

Dott. Fabiano Cimmino

19.30

CONSEGNA ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE



PRESENTAZIONE DOCENTI

Prof. Sergio Roncelli

Presidente Regionale
CONI Campania e
Presidente SRdS
Campania

**Dott. Agostino
Felsani**

Delegato CONI
Napoli

**Prof. Antonino
Chieffo**

Direttore Scientifico
SRdS Campania
Coordinatore del Corso

**Dott. Marco
Guida**

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Maria Pina
Mollica**

Esperto della SRdS
della Campania

**Dott. Angela
Catapano**

Università degli
Studi di Napoli
Federico II

**Dott. Giorgio
Liguori**

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Fabiano
Cimmino**

Università degli
Studi di Napoli
Federico II

INFORMATIVA

ex art. 13 del Regolamento (UE) 2016/679 (in seguito "GDPR")

Gentile Signore/a,

ai sensi dell'articolo 13 del GDPR, La informiamo che il Coni Servizi S.p.A. - con sede in Roma. P.zza Lauro de Bosis 15, in qualità di Titolare del trattamento, tratterà — per le finalità e le modalità di seguito riportate — i dati personali da Lei forniti all'atto del procedimento di iscrizione. In particolare Coni Servizi S.p.A. tratterà i seguenti dati personali:

- a) dati anagrafici e identificativi (nome e cognome, data e luogo di nascita, telefono, indirizzo e mail pec, codice fiscale, residenza e domicilio);
- b) dati curriculari;
- c) dati bancari.

1. Base giuridica e finalità del trattamento.

Il trattamento è fondato sul Suo consenso ed è finalizzato a:

- 1.1. gestione della Sua richiesta di iscrizione Gestione amministrativa e contabile della domanda di partecipazione e/o ammissione ai corsi e master organizzati dalla Scuola dello Sport da Lei selezionato;
- 1.2. invio di materiale informativo e/o pubblicitario relativo ad iniziative commerciali e promozionali, della Scuola dello Sport.

2. Modalità del trattamento

Il trattamento dei Suoi dati personali è realizzato, anche con l'ausilio di mezzi elettronici, per mezzo delle operazioni indicate all'art. 4 Codice e all'art. 4 n. 2) GDPR e precisamente: il trattamento dei dati personali potrà consistere nella raccolta, registrazione, organizzazione, consultazione, elaborazione, modificazione, selezione, estrazione, raffronto, utilizzo, interconnessione, blocco, comunicazione, cancellazione e distruzione dei dati.

3. Obbligatorietà del conferimento

Il conferimento dei dati è obbligatorio per il raggiungimento delle finalità di cui al punto 1.1. ed un eventuale rifiuto di fornire i dati comporterà l'impossibilità di procedere al completamento del procedimento di selezione e/o iscrizione.

Il conferimento dei dati di cui alla lettera a) per le finalità di cui ai punti 1.2 è facoltativo.

4. Ambito di comunicazione dei dati

Dei suoi dati personali può venirne altresì a conoscenza in qualità in "incaricato al trattamento" il personale appositamente nominato da CONI Servizi SpA, e potranno essere trattati per conto della Società da soggetti esterni designati come Responsabili.

I dati personali da Lei forniti potranno essere comunicati a Enti e Pubbliche Amministrazioni per fini di legge ed in generale a soggetti legittimati dalla legge a richiedere i dati. I dati personali da Lei forniti non saranno oggetto di diffusione.

5. Trasferimento dei dati all'estero.

5.1. I dati personali sono conservati su server ubicati all'interno della Comunità Europea. Resta in ogni caso inteso che il Titolare, ove si rendesse necessario, avrà facoltà di spostare i server anche extra-UE. In tal caso, il Titolare assicura sin d'ora che il trasferimento dei dati extra-UE avverrà in conformità alle disposizioni di legge applicabili ed in particolare quelle di cui al Titolo V del GDPR oppure previa sottoscrizione di clausole contrattuali standard (standard contractual clauses) approvate ed adottate dalla Commissione Europea.

5.2. Al di fuori delle ipotesi di cui al punto 5.1., i Suoi dati non saranno trasferiti extra-UE

6. Periodo di conservazione dei dati

I Suoi dati saranno conservati per il periodo necessario al conseguimento delle finalità per i quali sono stati acquisiti e conformemente alle specifiche previsioni di legge al riguardo. La verifica sulla obsolescenza sui dati oggetto di trattamento rispetto alle finalità per le quali sono stati raccolti e trattati viene effettuata periodicamente.

7. Titolare del trattamento Coni Servizi S.p.A.

Con sede in Roma P.zza Lauro de Bosis, 15

8. Responsabile della protezione dei dati

La scrivente società ha nominato un Responsabile della protezione dei dati, contattabile al seguente indirizzo: dpo@cert.coni.it

9. Diritti dell'interessato

In qualunque momento potrà conoscere i dati che La riguardano, sapere come sono stati acquisiti, verificare se sono esatti, completi, aggiornati e ben custoditi, di ricevere i dati in un formato strutturato, di uso comune e leggibile da dispositivo automatico, di revocare il consenso eventualmente prestato relativamente al trattamento dei Suoi dati in qualsiasi momento ed opporsi in tutto od in parte, all'utilizzo degli stessi e di proporre reclamo al Garante per la protezione dei dati personali.

Tali diritti possono essere esercitati attraverso specifica istanza da indirizzare tramite raccomandata — o posta elettronica - al Titolare del trattamento.

Il Titolare del Trattamento