

# Il controllo del carico di allenamento nel calcio

Serata di aggiornamento e condivisione di esperienze per allenatori fisici, tecnici e studenti di Scienze Motorie.

**Ingresso gratuito** per soci AIPAC e AIAC, **30€** per i non associati\*

\*Quota associativa annuale studenti 15€, ordinaria 30€; per info e rinnovo quote associative: <http://www.assopreparatori.it/iscrizione-rinnovi>.  
Agli associati AIPAC e AIAC verrà richiesto di esibire il tesserino dell'anno in corso o ricevuta di pagamento che attesti l'effettiva associazione.

Programma  
della serata:

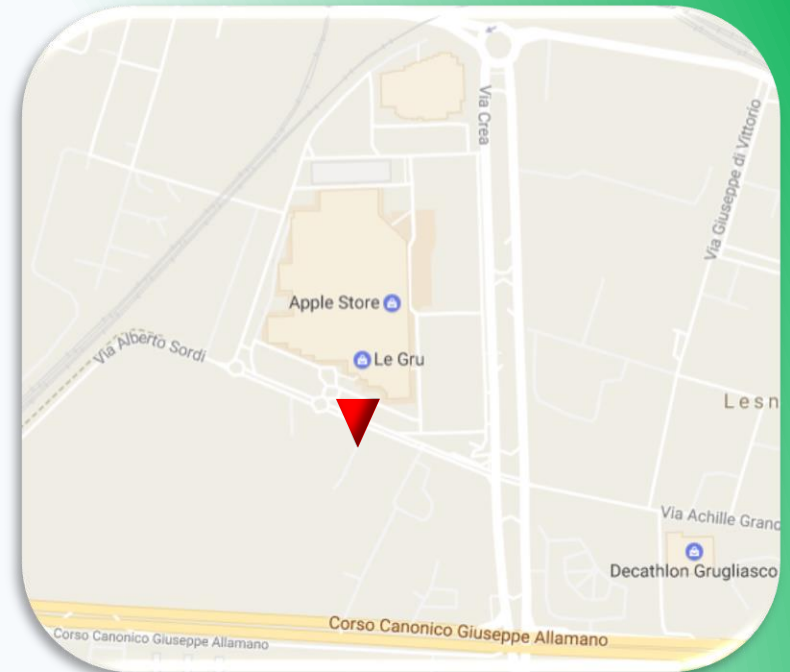


**Piemonte  
Valle D'Aosta**

- Agostino **Tibaudi** (Sampdoria): *introduzione serata.*
- Antonio **Gualtieri** (Sport Science Juventus) - *Il monitoraggio dei carichi a costo 0: metodo sRPE.*
- Stefano **Pavon** (Novara) - *Il monitoraggio dei carichi con GPS: esperienza con gli U19 del Novara.*
- Andrea **Licciardi** (Alessandria) - *Il monitoraggio dei carichi con GPS negli U17 e U16 secondo il metodo del Costo Energetico.*

La polisportiva che ci ospita gratuitamente ci offre la possibilità di **cenare** al prezzo fisso di 12€, un momento che può diventare ulteriore occasione di scambio e per «fare associazione»: vi chiediamo di manifestare il vostro interesse entro lunedì 1/5.

**lunedì 8 maggio 2017**  
**ore 20.00**



**@ Polisportiva San Remo 72**

**via Alberto Sordi 13. Grugliasco (TO)**