



**CERCHI UN CAMBIO ELETTRONICO ?
per cambiare marcia senza mollare il gas**

Offerte Rivista

Ultime Offerte
Abbonamento 2005
Rinnovo 2005
TuttoLaggy
Abbonamento 2004
Adesivi Omaggio

Rivista

Numero 1
Numero 2
Numero 3
Abbonati

In Vetrina

Cambio Elettronico
SuperMono 2005
Guanti Ridempire
Trofeo Honda Rumi
600 Stk 2005
Vendo Gsx-r 600
Rivista Motolaggy
Team Suriano
Santerno Cup 2005

MotoLaggy

Guida al Portale
Supported Riders
Photogallery

Classifiche 2004

Tordis 250 Gp

Archivio Notizie

Argomenti / Brevi Indiscrezioni

13.04 - Corso di preparazione all'agonismo : A Vallelunga il 30 Aprile e il 1 Maggio

Da admin

Mercoledì, 13-Aprile-2005, 00:54:17 WIB

9 Click



Corso di preparazione all'agonismo - A Vallelunga il 30 Aprile e il 1 Maggio

**CORSO DI PREPARAZIONE ALL'AGONISMO
Roma, Vallelunga 30 aprile / 1 maggio**

Torna uno dei corsi più interessanti dello scorso anno: il corso di Preparazione all'agonismo, tenuto dal prof. Alessandro Sambuco, che ha come obiettivo quello di fornire un completo bagaglio di conoscenze riguardanti lo Sport Motociclistico, dalla preparazione fisica al controllo medico, dalla prevenzione alla preparazione mentale, al fine di aumentare le prestazioni dell'atleta motociclistico e ottenere un risultato di gara ottimale. 15 ore di lavoro comprendenti lezioni che, partendo dalle metodiche di lavoro proposte ai Piloti Professionisti, arriverà ad indicare ad ogni partecipante una proposta di lavoro individuale. Il corso è rivolto a pilote/i già in attività o che intendano intraprendere l'attività agonistica e a coloro che desiderano avere una migliore e più consapevole preparazione al motociclismo.

Temi trattati

Pianificazione dettagliata dell'allenamento allo sport motociclistico nei mesi invernali e nel periodo delle competizioni
Nozioni, traumi, patologie, tecniche terapeutiche curative e preventive riguardanti: colonna vertebrale, mano, avambraccio e parti che più interessano lo sport motociclistico
Fabbisogno nutrizionale ed il bilancio idrico dell'atleta motociclistico
Abbigliamento ed equipaggiamento, con un approfondimento riguardante i materiali di nuova generazione
Riscaldamento pre-gara che permette il miglioramento della reattività in gara e il ritardo

HOT LINK



www.googhy.com

Hot News
 Interviste
 Indiscrezioni
 Osteria dei Campioni
 Speciale Gare
 Archivio Trofei

Info Piloti

Diventare Piloti
 Licenze
 Regolamenti

Info Autodromi

Circuiti
 Dove Mangiare
 Dove Dormire
 Previsioni Meteo

Speciale Gare '03

Calendari 2003
 Campionati 2003

Classifiche 2003

C.I.V.
 Coppa Italia
 Tordis Cup
 Motoestate
 Supertwins/Sidecar
 Epoca

Albo D'oro

Europeo
 CIV
 Coppa Italia
 Trofeo Esso

Tecnica

Assetti
 Motori
 Fai da Te
 Speciale Moto

dell'insorgere della fatica
 Tecniche di caduta
 Vantaggi e dinamiche del mental training finalizzato alla riduzione dell'ansia pre-agonistica, al miglioramento delle qualità di esecuzione e all'incremento del livello motivazionale dell'atleta

***Due giorni dedicati al pilota,
 a sottolineare come il motociclista sia innanzitutto un atleta,
 al pari di altre discipline sportive.***

Il corso è rivolto a pilote/i già in attività, a motocicliste/i che intendono intraprendere l'attività agonistica e a coloro che desiderano avere una migliore e più consapevole preparazione psico-fisica al motociclismo. I più ampi margini di miglioramento delle proprie prestazioni si ottengono con una migliore attenzione e preparazione del pilota, piuttosto che con lo sviluppo della moto. Il corso è vivamente consigliato quindi per chi intende affrontare una stagione agonistica o per chi frequenta spesso le piste (turni liberi): fornirà importanti elementi per migliorare realmente le proprie prestazioni e affrontare questo sport con maggiore sicurezza, consapevolezza e preparazione tecnica. Personalità dello sport motociclistico italiano interverranno nei due giorni di corso.

Per maggiori info: <http://www.motocicliste.net/corsi/motorsport2005.asp>

organizzato da
 - Motoclub Motocicliste
 - Motorport Training & Medicine

Paola Furlan
 Motoclub Motocicliste
info@motocicliste.net
<http://www.motocicliste.net>

[Clicca qui per commentare la news nel forum](#)

Le foto più belle e spettacolari, i resoconti e le indiscrezioni delle gare dei Campionati Nazionali su **MOTOLAGGY - LA RIVISTA** - [clicca qui per altre informazioni](#)



Servizi

Forum

[Entra nel nostro Forum](#)

Newsletter

[Iscriviti alla Newsletter per essere sempre aggiornato](#)

Chat

[Chatta con gli altri appassionati](#)

HOT LINK



Consigli per la pista

Briefing
Guida
Allenamento
Sicurezza
Recensioni

Multimedia

Forum
Sms Results
Newsletter
Chat
PhotoGallery
VideoGallery

Link

Catalogo Generale
I più cliccati
New

Ricerca

...tra le news
...tra le foto
...tra i Link
...nel Forum
...nel Sito

Motolaggy.com

Statistiche
Sponsorizzaci
Logo e Banner
Modulo Contatti
Mail

Login

Nickname:

Password:

[login](#)

Registrali!

Directory Argomenti

Albo D'oro

[Europeo](#), [Civ](#), [Coppa Italia](#), [Altro...](#)

Allenamento

[Disidratazione](#), [Altri articoli...](#)

Archivio

[Consigli](#), [Tecnica](#), [News...](#)

Assetti e Regolazioni

[Honda Cbr600](#), [Yamaha R1](#), [Altre moto...](#)

Briefing

[Tuta in pelle](#), [La Caduta](#), [I Consigli](#), [Altro...](#)

Circuiti

[Magione](#), [Misano](#), [Mugello](#), [Altri...](#)

Fai da Te

[Rapporto finale](#), [Tarare Sospensioni](#), [Altro...](#)

Guida

[Saponetta a terra](#), [Un giro al Mugello](#), [Altro...](#)

Interviste

[Meda](#), [Battaini](#), [Falappa](#), [Altri...](#)

Link Racing

[New](#), [Più Cliccati](#), [Proponi Sito...](#)

Le Moto

[Nsr 250](#), [Gsx-r Sbk](#), [Tuono](#), [Altre...](#)

Motori

[Ducati 996 Sbk](#), [Suzuki Sbk](#), [Altro...](#)

Servizi

[Video Gallery](#), [Newsletter](#), [Chat...](#)

Sicurezza

[Guanti e Tute](#), [Airbag](#), [Spidi insegna...](#)

Recensioni

[Octane Booster](#), [X-35](#), [Gear Lube...](#)

The Best

[PHOTOGALLERY](#)

[FORUM](#)

[TEAM ITALIANI](#)

[FOTO TROFEI 2003](#)

[SUPPORTED RIDERS](#)



MotoLaggy.com - Quotidiano on line
Registrazione n. 18 del 22.09.03 presso il Tribunale di Teramo
Direttore Responsabile : Giuseppina Manente