

Lunedì 18 novembre 2019

Martedì 19 novembre 2019

Lunedì 25 novembre 2019

Martedì 26 novembre 2019

		CODICE	LOCATION
08:30 - 08:45	08:45 - 09:00	LEZIONE 01	AULA C
09:00 - 09:15	09:15 - 09:30		
09:30 - 09:45	09:45 - 10:00		
10:00 - 10:15	10:15 - 10:30		
10:30 - 10:45	10:45 - 11:00		
11:00 - 11:15	11:15 - 11:30		
11:30 - 11:45	11:45 - 12:00	LEZIONE 02	AULA C
12:00 - 12:15	12:15 - 12:30		
12:30 - 12:45	12:45 - 13:00		
13:00 - 13:15	13:15 - 13:30		
14:00 - 14:15	14:15 - 14:30		
14:30 - 14:45	14:45 - 15:00		

GR.	COD.	LOCATION	eserc.
1	EXTR	L.M.	DE+BR
2	CAMBI	GAVA	SK
3	SSG	CC	DS
2	EXTR	L.M.	DE+BR
3	CAMBI	GAVA	SK
1	SSG	CC	DS
3	EXTR	L.M.	DE+BR
1	CAMBI	GAVA	SK
2	SSG	CC	DS

		CODICE	LOCATION
08:30 - 08:45	08:45 - 09:00	LEZIONE 03	AULA C
09:00 - 09:15	09:15 - 09:30		
09:30 - 09:45	09:45 - 10:00		
10:00 - 10:15	10:15 - 10:30		
10:30 - 10:45	10:45 - 11:00		
11:00 - 11:15	11:15 - 11:30		
11:30 - 11:45	11:45 - 12:00	LEZIONE 04	AULA C
12:00 - 12:15	12:15 - 12:30		
12:30 - 12:45	12:45 - 13:00		
13:00 - 13:15	13:15 - 13:30		
14:00 - 14:15	14:15 - 14:30		
14:30 - 14:45	14:45 - 15:00		

GR.	COD.	LOCATION	eserc.
A+B	TMS	AULA	TUTTI
A+B	TMS	AULA	TUTTI
A+B	TMS	AULA	TUTTI
1	TMS	L.P	TUTTI
2	TMS	L.P	TUTTI
3	TMS	L.P	TUTTI
4	TMS	L.P	TUTTI
5	TMS	L.P	TUTTI
6	TMS	L.P	TUTTI

14:00 - 14:15
14:15 - 14:30
14:30 - 14:45
14:45 - 15:00
15:00 - 15:15
15:15 - 15:30
15:30 - 15:45
15:45 - 16:00
16:00 - 16:15
16:15 - 16:30
16:30 - 16:45
16:45 - 17:00
17:00 - 17:15
17:15 - 17:30
17:30 - 17:45
17:45 - 18:00
18:00 - 18:15
18:15 - 18:30
18:30 - 18:45
18:45 - 19:00

1	MR	L.P	DE+BR
2	DIFF	A.D.	SK
3	PRES	L.M.	DS
2	MR	L.P	DE+BR
3	DIFF	A.D.	SK
1	PRES	L.M.	DS
3	MR	L.P	DE+BR
1	DIFF	A.D.	SK
2	PRES	L.M.	DS

14:00 - 14:15
14:15 - 14:30
14:30 - 14:45
14:45 - 15:00
15:00 - 15:15
15:15 - 15:30
15:30 - 15:45
15:45 - 16:00
16:00 - 16:15
16:15 - 16:30
16:30 - 16:45
16:45 - 17:00
17:00 - 17:15
17:15 - 17:30
17:30 - 17:45
17:45 - 18:00
18:00 - 18:15
18:15 - 18:30
18:30 - 18:45
18:45 - 19:00

Lunedì 2 Dicembre 2019

Martedì 3 Dicembre 2019

Lunedì 9 Dicembre 2019

Martedì 10 Dicembre 2019

		CODICE	LOCATION
08:30 - 08:45	08:45 - 09:00	AGILITY	PAL. INTERNA
09:00 - 09:15			
09:15 - 09:30			
09:30 - 09:45			
09:45 - 10:00			
10:00 - 10:15			
10:15 - 10:30			
10:30 - 10:45			
10:45 - 11:00			
11:00 - 11:15			
11:15 - 11:30			
11:30 - 11:45			
11:45 - 12:00			
12:00 - 12:15			
12:15 - 12:30			
12:30 - 12:45			
12:45 - 13:00			
13:00 - 13:15			
13:15 - 13:30			

GR.	COD.	LOCATION	eserc.
A	MLSS vs. La/I	L.M.	CT
		L.B.	DE
B	CP	L.P	DS
		L.C.	BR
B	MLSS vs. La/I	L.M.	CT
		L.B.	DE
A	CP	L.P	DS
		L.C.	BR

		CODICE	LOCATION
08:30 - 08:45	08:45 - 09:00	LEZIONE 07	AULA C
09:00 - 09:15			
09:15 - 09:30			
09:30 - 09:45			
09:45 - 10:00			
10:00 - 10:15			
10:15 - 10:30			
10:30 - 10:45			
10:45 - 11:00			
11:00 - 11:15			
11:15 - 11:30			
11:30 - 11:45			
11:45 - 12:00			
12:00 - 12:15			
12:15 - 12:30			
12:30 - 12:45			
12:45 - 13:00			
13:00 - 13:15			
13:15 - 13:30			

1	VT	L.P	CT
2	RPE	L.M.	DE
3	FC	ATL/L.B.	DS
2	VT	L.P	CT
3	RPE	L.M.	DE
1	FC	ATL/L.B.	DS
3	VT	L.P	CT
1	RPE	L.M.	DE
2	FC	ATL/L.B.	DS

14:00 - 14:15
14:15 - 14:30
14:30 - 14:45
14:45 - 15:00
15:00 - 15:15
15:15 - 15:30
15:30 - 15:45
15:45 - 16:00
16:00 - 16:15
16:15 - 16:30
16:30 - 16:45
16:45 - 17:00
17:00 - 17:15
17:15 - 17:30
17:30 - 17:45
17:45 - 18:00
18:00 - 18:15
18:15 - 18:30
18:30 - 18:45
18:45 - 19:00

1	CE	L.B.	DE
2	PO2	L.M.	DS
3	MOGN	L.P	BR
2	CE	L.B.	DE
3	PO2	L.M.	DS
1	MOGN	L.P	BR
3	CE	L.B.	DE
1	PO2	L.M.	DS
2	MOGN	L.P	BR

14:00 - 14:15
14:15 - 14:30
14:30 - 14:45
14:45 - 15:00
15:00 - 15:15
15:15 - 15:30
15:30 - 15:45
15:45 - 16:00
16:00 - 16:15
16:15 - 16:30
16:30 - 16:45
16:45 - 17:00
17:00 - 17:15
17:15 - 17:30
17:30 - 17:45
17:45 - 18:00
18:00 - 18:15
18:15 - 18:30
18:30 - 18:45
18:45 - 19:00

1	REC	L.P	DE
2	POST	L.M.	CT
3	ARM	L.B.	DS
2	REC	L.P	DE
3	POST	L.M.	CT
1	ARM	L.B.	DS
3	REC	L.P	DE
1	POST	L.M.	CT
2	ARM	L.B.	DS

LEZ	COD.	ARGOMENTI	Eserc.	STRUMENTI	LOCATION
1	MR	Allenabilità dei muscoli respiratori, vantaggi e svantaggi		Quark/spirotiger	
1	PRE	Risposta pressoria all'attività fisica		portapres/riva rocci/Tango	
1	SSG	attività fisica strutturata vs. small-sided games		cardiofreq. + GPS	
1	EXTR	I limiti estrattivi nel soggetto anziano, come valutarli e come ridurli		nirs / lode / manubri	
1	GG	La percezione dello sforzo nella valutazione e nella prescrizione		RPE/ergometro	Campo Calcio
1	VO2	Massima potenza aerobica - valutazione ed errori		CPET - PFT - K5	
1	FC	Monitoraggio della FC nell'allenamento variato - controllo del recupero		cardiofrequenzimetri	
1	MOG	Il test di Mogroni, applicabilità nelle varie situazioni		EKF	
2	La/I	Curva Lattato/Intensità		EKF	
1	CAM	I cambi nel triathlon		BUTTU	
2	PO2	Il polso di ossigeno come indicatore di estrazione		CPET - K5	
1	CE	Calcolo del costo bionenergetico ae+anae/aero+non aero		K5	
4	SS	Capacità di Agility, valutarla ed allenarla		materiale MICORGATE	
2	MLS	Massima intensità di lavoro con Lattato a stato stazionario		EKF	
2	DIFF	Differenziale prestativo, nuoto, bici, corsa		AULA	
3	CP	Misura ed affidabilità della Critical Power		EKF	
1	REC	calcolo delle capacità di recupero della HR		CARDIO	
1	ARM	Valutazione funzionale negli esercizi con le braccia		K5	

COD.	LOCATION
L.M.	Lab. Metabolismo (Casorati 2° piano)
L.P.	Lab. Performance (Casorati 2° piano)
L.C.	Lab. Cardiovasc. (Casorati 2° piano)
L.B.	Lab. Biomeccanica
C.C.	Campo Calcio
ATL	Pista Atletica
A.D.	Aula D
A.C.	Aula C
A.I.	Aula Informatica
A.1	Aula 1 (Gavagnin)
GAVA	Gavagnin 2 e 3

  

COD.	ESERCITATORE
CT	Tarperi
SK	Skröce
DS	Dal Sacco
DE	D'Emanuele
BR	Brightenti