

www.nutritionalsportconsultant.it

Nutritional Sport Consultant



ORGANIZZATO DA:

CNM ITALIA

DECRETO M.I.U.R.
MINISTERO DELL'ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA
AUTORIZZATIVO ALL'ESERCIZIO
DELL'ATTIVITÀ FORMATIVA



Nutritional Sport
Consultant

DIPLOMA

**Alimentazione e Nutraceutica
nello Sport
Piramidi nutrizionali e
integrative**

Sede: Padova

INIZIO CORSI GENNAIO 2019

Il professionista Nutritional Sport Consultant può collaborare con Studi Associati, Farmacie, Parafarmacie, Erboristerie, Palestre, Centri Fitness, Enti Sportivi, Centri Benessere e Beauty Farm. Gli allievi acquisiranno competenze adeguate per suggerire protocolli pratici finalizzati al raggiungimento del benessere dell'organismo utilizzando, nei vari ambiti sportivi, vitamine, minerali, acidi grassi insaturi, estratti erbalari e nutraceutici. Il Corso, in collaborazione con la Federazione Italiana Fitness, fornisce conoscenze approfondite relative alla sana alimentazione e all'integrazione nell'ambito sportivo. Si analizzano protocolli pratici per le varie tipologie di attività sportiva nella fisiologia del soggetto in salute.

Lezione di prova gratuita

Padova, sabato 18 novembre 2018

Per prenotazioni: formazione@cslatorre.it (dott.ssa Elena Baldisserrì)

SPONSORED BY



CNM Italia

Padova, via Prima Strada 23/3.
Tel. 049 9080654 - Fax 049 8898924

info@cnmitalia.com

www.cnmitalia.com

Federazione Italiana Fitness

Ravenna, via Paolo Costa 2
Tel. 0544 34124 - Fax 0544 34752

formazione@cslatorre.it
(dott.ssa Elena Baldisserrì)

www.fif.it

Introduzione propedeutica

Venerdì

ELEMENTI DI CHIMICA E BIOCHIMICA FONDAMENTI DI MACRONUTRIZIONE E MICRONUTRIZIONE

Vitamine, minerali e antiossidanti
• Dott. Vincenzo Sorrenti

Sabato e Domenica

CENNI DI ANATOMIA E FISIOLOGIA

• Dott. Arrigo Selli

Video Online

COMPENDIO DEGLI ESTRATTI ERBALI TRADIZIONALI

• Dott.ssa Silvia Vitturi

1° WEEK END

Sabato

LA FISIOLOGIA DELLO SPORT. IL METABOLISMO ENERGETICO PER OGNI TIPOLOGIA DI ALLENAMENTO

Processo metabolico aerobico e anaerobico

• Dott. Roberto Provenzano
• Dott. Carmelo Parella

Domenica

ANALISI NUTRIZIONALE NEGLI SPORT AEROBICI FOCUS SULLA DANZA FOCUS SULLA DIETA VEGETARIANA E VEGANA

Protocolli alimentari e presentazione di casi pratici

• Prof.ssa Lucia Baciottini
Protocolli di integrazione.
• Dott.ssa Chiara Nardi

2° WEEK END

Sabato

NUTRIZIONE E INTEGRAZIONE NELL'ENDURANCE FOCUS SULLA CORSA

Protocolli di integrazione per gli atleti che svolgono sport di resistenza e presentazione di casi pratici

• Dott. Luca Speciani (4h)
• Dott. Carmelo Parella (4h)

Domenica

L'INFIAMMAZIONE DA CIBO NELLO SPORTIVO

La scelta del food per recuperare la tolleranza alimentare

• Dott. Attilio Speciani
• Dott.ssa Silvia Vitturi
Nutraceutical Recipes - Nutracooking
• Chef Sergio Barzetti

3° WEEK END

Sabato

FOCUS SULLA SARCOPIENIA

Alimentazione e integrazione per conservare la massa magra negli over 40. Presentazione di casi pratici

• Prof. Pierluigi Gargiulo
• Dott.ssa Francesca Carapellese

Domenica

IL BENESSERE ARTICOLARE NEI VARI TIPI DI SPORT FOCUS SUL NUOTO

Come sostenere la funzionalità del sistema ossa-muscoli-miocolazioni. Presentazione di casi pratici

• Prof. Pierluigi Gargiulo
• Dott.ssa Francesca Carapellese

4° WEEK END

Sabato

INTEGRAZIONE A BASE PROTEICA/ AMINOACIDA NELLO SPORT DI POTENZA

Protocolli integrativi nell'attività anaerobica per il trofismo muscolare. Presentazione di casi pratici

• Dott. Marco Neri
DOPING

Lista e metodi proibiti WADA. Meccanismo d'azione, effetti collaterali e rischi delle sostanze dopanti

• Dott. Marco Neri

Domenica

IL SISTEMA STRESS-EUSTRESS NELL'INTENSITÀ SPORTIVA: ESTRATTI ERBALI ADATTOGENI

Integratori fitoterapici per la ricerca del benessere psicofisico. Presentazione di casi pratici

• Prof. Ivo Bianchi

5° WEEK END

Sabato

INTEGRAZIONE A BASE GLUCIDICA

Come modulare l'intake calorico

• Prof. Pierluigi Gargiulo
FOCUS SUL CICLISMO. L'INTEGRAZIONE
NUTRIZIONALE DI SUPPORTO

Presentazione di casi pratici

• Dott. Carmelo Parella

Domenica

ELEMENTI DI NUTRIZIONE NELLO SPORT PER ETÀ E GENERI FOCUS SULLO SCI FOCUS SU CALCIO E BASKET

Fabbisogni alimentari calibrati in base alle età e al tipo di attività fisica

• Prof. Pierluigi Gargiulo

ALIMENTAZIONE, ATTIVITÀ FISICA E BENESSERE CARDIOVASCOLARE

Focus sui nutrienti

• Dott. Davide Terranova
• Dott.ssa Francesca Carapellese

6° WEEK END

Sabato

PIRAMIDI NUTRIZIONALI E NUTRACEUTICHE PER MIGLIORARE I DISMETABOLISMI (INSULINO-RESISTENZA, IPERLIPIDEMIA, SINDROME METABOLICA)

Evidenze scientifiche di riferimento

• Dott. Mario Vignoni
BENESSERE GASTROINTESTINALE.

ENDOCRINOLOGIA E SPORT. FOCUS SULLA FUNZIONE TIROIDEA

Come favorire il fisiologico mantenimento del peso

• Dott. Mario Vignoni
• Dott. Xavier Pierobon

Domenica

TIROCCINO PRATICO SUPERVISIONATO: ANALISI E APPROFONDIMENTO SUL CONSIGLIO ALLO SPORTIVO WORKSHOP STUDENTI SU CASI PRATICI

• Prof. Pierluigi Gargiulo

7° WEEK END

Sabato

TIROCCINO PRATICO SUPERVISIONATO: ANALISI E APPROFONDIMENTO SUL CONSIGLIO ALLO SPORTIVO WORKSHOP STUDENTI SU CASI PRATICI

• Prof. Pierluigi Gargiulo

Domenica

NORMATIVA ITALIANA ED EUROPEA SUGLI INTEGRATORI ALIMENTARI

Le linee guida ministeriali e le direttive europee. Pubblicità e corretta informazione: integratori alimentari e claims

• Dott.ssa Silvia Vitturi
• Avv. Giancarlo Rizzieri
LA COMUNICAZIONE CON IL CLIENTE
• Prof. Alberto Martina

SESSIONE D'ESAME ESAME SCRITTO FINALE E DISCUSSIONE DELL'ELABORATO

Programma e docenti potrebbero subire variazioni

SPONSORED BY



CNM Italia

Padova, via Prima Strada 23/3.
Tel. 049 9080654 - Fax 049 8898924

info@cnmitalia.com

www.cnmitalia.com

Federazione Italiana Fitness

Ravenna, via Paolo Costa 2
Tel. 0544 34124 - Fax 0544 34752

formazione@cslatorre.it
(dott.ssa Elena Baldisserrì)

www.fff.it