

RELATORI E MODERATORI

Federico Alvino • Siena
Paolo Artuso • Carrè (VI)
Augusto Ricardo Barbieri • Bologna
Fabio Bartalucci • Grosseto
Maurizio Bertollo • Chieti
Marco Bonifazi • Siena
Marcello Bozzo • Siena
Francesco Campa • Padova
Massimo Capitani • Siena
Saro Giuseppe Catanese • Siena
Andrea Causarano • Siena
Edoardo Crainz • Siena
Flavio D'Ascenzi • Siena
Andrea Giorgi • Siena
Erica Lombardi • Siena
Maria Samuele Marcora • Bologna
Borja Martinez Gonzalez • Canterbury (UK)
Valerio Miale • Pisa
Andrea Nicolo' • Roma
Giovanni Palmisano Romano • Siena
Luca Pollastri • Lecco
Paolo Raugei • Prato
M. Elena Stabile • Siena
Giovanni Tasso • Siena
Andrea Zignoli • Trento

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Gilberto Martelli • Siena



Strada Massetana Romana, 50/A - 53100 Siena

Tel. 0577 1794478

E-mail: medicidello sport@libero.it

COMITATO SCIENTIFICO

G. Martelli, A. Causarano, M. Bozzo, F. Alvino,
S. Catanese, M. E. Stabile, G. Palmisano.

ACCREDITAMENTO ECM

Il convegno verrà accreditato dal
Provider **Vincere il Dolore Onlus**
1291 per le seguenti professioni:



Medico Chirurgo (specializzazioni: Medicina
della Sport, Medicina Fisica e Riabilitazione,
Ortopedia e Traumatologia, Cardiologia,
Reumatologia, Scienze dell'alimentazione
e dietetica), Dietista, Fisioterapista, Tecnico
Sanitario di Radiologia Medica

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

FIMO srl

Via Kyoto, 51 - 50126 Firenze

Tel. 055 6800389

E-mail: congressi@fimo.biz



OLTRE LA POLVERE DELLE STRADE BIANCHE: NUOVE FRONTIERE NELLA SCIENZA DEL CICLISMO

6 marzo 2026



Sala Italo Calvino
S. Maria della Scala
Piazza del Duomo - Siena

PROGRAMMA

8.00 Apertura Segreteria - registrazione partecipanti

8.30 Saluti Autorità

Prima sessione

ASPETTI MEDICI NEL CICLISMO

Moderatori: A. Causarano, M. Bozzo,

9.00 Traumatologia del ciclismo (E. Crainz)

9.20 Le aritmie dell'atleta (F. Alvino)

9.40 Patologie vascolari (P. Rauegi)

10.00 Disturbi delle vie urinarie nel ciclismo (G. Tasso)

10.20 Deficit Energetica Relativo (RED-S)
nel ciclismo femminile (L. Pollastri)

10.40 Discussione

10.50 LEZIONE MAGISTRALE

Presentazione M. Capitani

Il cuore d'atleta nello sportivo di endurance

(F. D'Ascenzi)

11.20 Coffee break

Seconda sessione

ALLENAMENTO INTEGRATO

Moderatori: G. Martelli, M. E. Stabile

11.30 Aspetti fisiologici dell'allenamento di endurance
(M. Bonifazi)

11.50 Bilanciamento stress-recupero:
il contributo psicologico (M. Bertollo)

12.10 Progettazione nutrizionale per le Strade Bianche
professionistiche (E. Lombardi)

12.30 L'integrazione sportiva nell'endurance:
macro e micronutrienti (V. Miale)

12.50 Nuove frontiere nella composizione corporea
degli atleti (F. Campa)

13.10 Discussione

13.20 Pranzo di lavoro

14.20 Workshop di valutazione funzionale

F. Alvino, B. Martinez Gonzalez:

Dimostrazione pratica di valutazione del ciclista
con metabolometro.

Terza sessione

VALUTAZIONE DELLA PRESTAZIONE

Moderatori: F. Bartalucci, G. Palmisano Romano

14.40 Fatica e prestazione di resistenza: gambe,
respirazione o cervello? (M. S. Marcora)

15.00 Durability: un nuovo determinante della
prestazione di endurance (A. Giorgi)

15.20 Tecniche avanzate di analisi dei dati di
allenamento (A. Zignoli)

15.40 La frequenza respiratoria: un nuovo marker di
fatica nel ciclismo (A. Nicolò)

16.00 Disturbi del sonno e prestazione
(B. Martinez- Gonzalez)

16.20 Discussione

Quarta sessione

L'ALLENAMENTO PER LE STRADE BIANCHE

Moderatori: A. Giorgi, S. G. Catanese

16.30 Pianificazione di una Classica: periodizzazione e
carico di lavoro (P. Artuso)

16.50 La programmazione scientifica dell'allenamento
per gli amatori partecipanti a Strade Bianche
(A. R. Barbieri)

17.10 Discussione e conclusioni

17.30 Chiusura del Convegno

INFORMAZIONI GENERALI

SEDE DEL CONGRESSO

Il Congresso si svolgerà nella Sala "Italo Calvino"
del S. Maria della Scala - Piazza del Duomo, Siena

QUOTE DI ISCRIZIONE

Medici iscritti alla FMSI, Specializzandi, Studenti
di fisioterapia e scienze motorie: gratuito
Medici: €100.00 IVA compresa.

Fisioterapisti, Preparatori e altre figure
professionali: €50.00 IVA compresa.

L'iscrizione dà diritto a partecipare ai lavori
scientifici, al kit congressuale, al coffee-break, al
pranzo di lavoro e all'attestato di partecipazione.

Tutte le iscrizioni devono essere effettuate presso
la Segreteria Organizzativa entro il **3 marzo 2026**,
mediante iscrizione on line sul sito: www.fimo.biz

Per ulteriori informazioni contattare la Segreteria:
congressi@fimo.biz

Il Congresso è stato inserito nel Programma
Nazionale **AGENAS di Educazione Medica
Permanente** del Ministero della Sanità e darà
diritto ai relativi crediti formativi.

I crediti verranno concessi solo a coloro che
partecipano all'intero svolgimento del congresso
e dopo la compilazione del questionario ECM
e di gradimento che saranno somministrati in
modalità online sulla piattaforma myquadra,
come da normativa Agenas.

La compilazione sarà possibile entro tre giorni
dalla conclusione dell'evento.