

## VareseNews

### In 250 al 7° Convegno Mapei Sport con Squinzi, Di Francesco, Goggia e Nizzolo

**Pubblicato:** Domenica 28 Maggio 2017



Oltre 250 persone hanno partecipato al **7° Convegno Centro Ricerche Mapei Sport**. L'annuale appuntamento per addetti ai lavori, praticanti o semplicemente appassionati di sport ha festeggiato un'edizione record. Sabato mattina all'Hotel Le Robinie di Solbiate Olona tanti studenti e preparatori atletici, ma anche campioni del calibro di **Gianni Bugno**, hanno ascoltato gli interessanti interventi in programma legati al tema prescelto «**Allenamento, recupero ed infortunio: la trilogia della performance sportiva**».

Dopo i saluti iniziali del Direttore Responsabile e Direttore Sanitario del Centro Ricerche Mapei Sport **Claudio Pecci**, il quale ha ricordato che Mapei quest'anno festeggia gli 80 anni di attività e da oltre 20 sostiene il Centro Ricerche Sport di Olgiate Olona, dell'amministratore unico **Giorgio Squinzi**, della dottoressa **Gaeta Bernini**, che è intervenuta in rappresentanza di Diana Bracco, presidentessa della Fondazione Mai di Confindustria, e della responsabile marketing e relazioni esterne di Mapei Spa **Adriana Spazzoli**, si sono susseguite tre sessioni di lavoro.

La prima, moderata da **Ermanno Rampinini**, ha presentato le ricerche di **Luca Mondazzi**, responsabile del servizio di nutrizione per lo sport e del servizio di dietologia per il wellness di Mapei Sport, «**Biologia Molecolare e dietologia nello sport: l'inizio di una nuova era?**», di **Damiano Scolari** della Federazione Italiana Sport Invernali «**Sci alpino: forza muscolare "al femminile"**», di **Maurizio Fanchini** dell'US Sassuolo Calcio «**Carico di allenamento e infortuni nel calcio: rapporto di causa-**

effetto?» e di **Davide Ferioli** dell'Università degli Studi di Milano «Determinanti fisiologiche per la prestazione nella pallacanestro».

Spazio quindi alla presentazione del **6° assegno di ricerca “Aldo Sassi”** per laureati in scienze motorie promosso da **Mapei** in collaborazione con la **Fondazione Giuseppina Mai di Confindustria** con gli interventi dei professori **Amilcare Collina**, **Paola Vago** dell'Università Cattolica del Sacro Cuore, dei familiari dell'indimenticato preparatore, e di **Andrea Bosio** del Centro Ricerche Mapei Sport che ha illustrato il progetto di ricerca «Effetto acuto dell'allenamento con restrizione del flusso ematico periferico nel calcio e nel ciclismo» su cui lavorerà il vincitore del bando (per maggiori informazioni rimandiamo al sito [www.mapeisport.it](http://www.mapeisport.it)).

Ha completato la seconda fase di lavori, introdotta da **Andrea Morelli**, la relazione di **Federico Donghi**, vincitore del 5° assegno di ricerca “Aldo Sassi”: «”Delayed potentiation”, l'effetto in diverse discipline sportive: calcio e ciclismo».

L'ultima sessione è stata dedicata alla **tavola rotonda**, moderata dalla giornalista sportiva **Federica Lodi**, alla quale hanno partecipato **Giorgio Squinzi**, **Eusebio Di Francesco** (mister dell'US Sassuolo Calcio), **Sofia Goggia** (bronzo mondiale nello slalom gigante e detentrica del record nazionale di podi e punti segnati in una singola edizione di Coppa del Mondo), **Giacomo Nizzolo** (campione italiano di ciclismo su strada), **Massimo Rinaldi** (direttore sportivo delle squadre di sci alpino azzurro), **Luca Guercilena** (team manager della formazione di ciclismo Trek Segafredo) ed **Emanuele Tibiletti** (preparatore atletico della Pallacanestro Reggiana), confrontandosi sulle **due facce dell'allenamento**, vale a dire carico e scarico.

Il dottor Squinzi ha esordito sottolineando l'importanza della preparazione e del lavoro di squadra, sulla stessa linea gli interventi di Guercilena, Rinaldi e Tibiletti abituati a lavorare con atleti diversi per un obiettivo comune.

«Il mio sport richiede molto impegno e mi porta a stare a lungo lontano da casa. Ho una vita intensa e per 8 mesi sono in giro per il mondo. Ora sono nella fase di preparazione fisica, sto mettendo fieno in cascina, in vista dei grandi appuntamenti dell'anno olimpico. La popolarità mi ha travolto, ma non mi ha fatto perdere di vista le mie priorità» ha raccontato la **sciatrice Sofia Goggia**.

«A causa di un infortunio non ho potuto prepararmi a dovere nel periodo invernale, essere al via del Giro d'Italia con la maglia tricolore è stato un grande traguardo. Ora sono fiducioso per il prosieguo della stagione, che sono convinto mi riserverà delle belle soddisfazioni» ha aggiunto il **ciclista Nizzolo**.

«Oltre alla tecnica e alla preparazione fisica, sono fondamentali i riscontri scientifici che ci forniscono i test sul campo a cui si sottopongono gli atleti. Il metodo di Mapei Sport insieme alle nostre capacità ci ha permesso di crescere e raggiungere traguardi importanti» ha concluso **Di Francesco**.

L'appuntamento con il prossimo Convegno Centro Ricerche MAPEI Sport è per l'anno prossimo, con l'ambizione di coinvolgere e rivolgersi a sempre più professionisti appassionati di sport.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it