



# Strength&Conditioning:

## formazione accademica e percorsi di certificazione tecnica federale

27 Febbraio 2026  
ore 09.00

Aula 306 - plesso E

### Programma dei lavori

- ore 09.00      **Registrazione partecipanti**
- ore 09.15      **Saluti Istituzionali**
- 
- ore 09.30      **La Federazione Italiana di Pesistica: struttura federale  
e percorsi di formazione federale**  
Alberto Miglietta  
Presidente Nazionale  
Francesco Bonincontro  
Segretario Generale
- 
- ore 10.15      **Il profilo "Personal trainer": percorso accademico e  
brevetti federali**  
Francesco Sgrò – Coordinatore Corso di laurea in  
"Scienze del movimento e dello sport"
- 
- ore 10.45      Pausa
- 
- ore 11.15      **L'avviamento all'allenamento della forza: basi  
biologiche e principi dell'allenamento con  
bilancieri/sovraccarichi**  
Elena Cuccia – Lorenzo Trovato  
Tecnici FIPE e Docenti ATP
- 
- ore 12.30      **Chiusura lavori**

L'iniziativa è valida ai fini del tirocinio interno per gli studenti iscritti al corso L22 in "Scienze delle attività motorie e sportive", per gli studenti iscritti al corso LM67 sia in "Scienze dell'esercizio fisico per il benessere" che in "Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate"

