



ASSOCIAZIONE CULTURALE
**ESERCIZIO
FISICO
ADATTATO**

EFA CONVENTION 2025

**CONTRIBUTO DI
PARTECIPAZIONE**

€50

L'ESERCIZIO FISICO COME STRUMENTO DI PREVENZIONE PER LA SALUTE

COMITATO SCIENTIFICO

DOTT. R. TOSCANO, DOTT. S. BONVEGNA

MODERATORE

DOTT. I. SECOLO

RELATORI

**DOTT. G. SECOLO, DOTT.SSA P. BRUSCHETTO, DOTT.SSA A. RIZZO,
DOTT.SSA C. LA ROSA, DOTT. F. MARINO, DOTT.SSA M. SCARPIGNATO,
DOTT. M. MARCIANO, DOTT. S. GIUFFRIDA, DOTT. M. SALERNO, DOTT. S. LISSANDRELLO**

SABATO

29 NOVEMBRE 2025

DALLE 09.00 ALLE 13.00

AIRONE CITY HOTEL - CATANIA

ISCRIVITI SU [WWW.ESERCIZIOFISICOADATTATO.IT /EFACONVENTION2025](http://WWW.ESERCIZIOFISICOADATTATO.IT/EFACONVENTION2025)



3755787833



3755787833



info@eserciziofisicoadattato.it

PROGRAMMA

08.15

Registrazione dei partecipanti

PRIMA SESSIONE: L'esercizio fisico come strumento di prevenzione in età pediatrica

Moderatore: Innocenzo Secolo, Salvo Bonvegna

9.00 | L'esercizio fisico come strumento di prevenzione per la salute: la ricerca e lo stato dell'arte (Dott. G. Secolo)

9.15 | Postura e disfunzioni craniche (Dott.ssa P. Bruschetto)

9.30 | La respirazione e le alterazioni delle curve rachidee sul piano sagittale (Dott.ssa A. Rizzo)

9.45 | La rieducazione posturale nei paramorfismi come prevenzione dai dismorfismi (Dott.ssa C. La Rosa)

10.00 | Ruolo degli esercizi propriocettivi podalici nel piede piatto flessibile (Dott. F. Marino)

10.15

Coffee Break

SECONDA SESSIONE: L'esercizio fisico come strumento di prevenzione nell'adulto

Moderatore: Innocenzo Secolo, Rosario Toscano

11.00 | La nutrizione preventiva nelle sindromi metaboliche (Dott.ssa M. Scarpignato)

11.15 | I test di resistenza aerobica e di forza negli over sessanta (Dott. M. Marciano)

11.30 | L'allenamento della forza per la prevenzione della sarcopenia (Dott. S. Giuffrida)

11.45 | L'allenamento del core nella prevenzione delle lombalgie (Dott. M. Salerno)

12.00 | Plantari 3D: il new concept della prevenzione negli sport dinamici (Dott. S. Lissandrello)

12.15

Tavola rotonda

12.45

Chiusura dei lavori e Consegna degli attestati di partecipazione