

30 Novembre
1 Dicembre
2024



Progetto Toscana Diabete e sport

*Teoria e pratica
di una sessione di
allenamento aerobico*

Firenze

ASSI Giglio Rosso

Viale Michelangelo 64

ASSI  **Giglio Rosso**



Sabato 30 Novembre 2024

14.30 Registrazione partecipanti

15.00 Presentazione del corso e degli obiettivi

15.30 - Cosa si intende per attività fisica (Linee guida ADA – VO2 Fcr BPM) effetti
- Sport e Diabete di tipo 1 cosa è cambiato nell'approccio alla cura negli ultimi 30 anni
- La gestione dell'attività sportiva nel diabetico tipo 1: metabolismo energetico e fisiopatologia dell'esercizio nei diversi tipi di attività, benefici, indicazioni e rischi
- La gestione della terapia insulinica durante e dopo l'esercizio fisico e l'integrazione glucidica
Dott. Gerardo Corigliano, Associazione Italiana Diabete · Centro diabetologico AID Napoli Presidente Onorario A.N.I.A.D

17.00 Discussione

17.15 Coffee break

17.30 - Fisiologia del corpo umano in attività aerobica e relazione con l'utilizzo dei substrati energetici
- Relazione tra pasto, bolo e inizio esercizio fisico (Porzioni e Timing): ricerca della frequenza cardiaca di allenamento per il giorno successivo
Alessio Fresco, Atleta, dott. in scienze motorie, preparatore atletico, diabetico di tipo 1

18.00 - L'utilizzo del monitoraggio in continuo e dei sistemi Advanced Hybrid Closed Loop (AHCL) nella gestione dell'esercizio fisico: interpretazione dei dati
- Realizzazione di un protocollo misurabile e ripetibile
Dott. Gerardo Corigliano, Associazione Italiana Diabete · Centro diabetologico AID Napoli Presidente Onorario A.N.I.A.D

18.15 Discussione

18.30 Conclusioni della prima giornata

Domenica 1 Dicembre 2024

Allenamento indoor: attività guidata su bike spinning in 3 turnazioni di allenamento di 45min effettivi cad. con tempo di rotazione partecipanti assimilabile a 60 min. complessivi.

1 turno: 09.30 – 10.15

2 turno: 10.30 – 11.15

3 turno: 11.30 – 12.15

Ogni partecipante verrà equipaggiato con un cardiofrequenzimetro per la rilevazione e il monitoraggio dei parametri.

12.30 Feedback risultati

13.30 Conclusioni e chiusura del corso

Informazioni Generali

SEDE

Sala Corso Assi Giglio Rosso
Viale Michelangelo, 64
Firenze

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Il corso, gratuito previa iscrizione ad AFD, è rivolto a diabetici adulti di tipo 1. L'iscrizione comprende: kit congressuale, partecipazione ai lavori, attestato di frequenza, coffee break.



Per informazioni ed iscrizioni entro e non oltre il 22/11/2024
AFD ASSOCIAZIONE FIORENTINA DEL DIABETE ODV
afdfirenze@gmail.com

Iscritta al Reg.Vol.Comune di Firenze
al n.31- CF 94002710484
Sede Legale Via Toselli 121 - 50144 Firenze
[pec afdfirenze@pec.it](mailto:pec.afdfirenze@pec.it)
Per associarsi la quota annuale è di € 15,00

5x1000 codice 94002710484
IBAN IT87E0623002801000040659276
afdfirenze@gmail.com

Affiliata a



REFERENTE SCIENTIFICO

Gerardo Corigliano

Associazione Italiana Diabete ·
Centro diabetologico AID Napoli,
Presidente Onorario A.N.I.A.D

ELENCO DOCENTI

Gerardo Corigliano
Alessio Fresco

REALIZZATO CON IL CONTRIBUTO NON CONDIZIONATO DI



Medtronic

Engineering the extraordinary



SEGRETERIA ORGANIZZATIVA



MCR Conference Srl

Via Finlandia, 26 50126 Firenze

☎ 055 4364475

✉ info@mcrconference.it

www.mcrconference.it



In copertina: Henri Matisse- Polynesia, The Sea (1946)