

Coordinatore Regionale:
Dr. Pietro di Fiore

Con il patrocinio di:



SANIS®

SCUOLA DI NUTRIZIONE ED INTEGRAZIONE NELLO SPORT



- » Bari
- » Bologna
- » Cagliari *NEW*
- » Cosenza *NEW*
- » Firenze
- » Napoli *NEW*
- » Padova
- » Palermo
- » Pavia
- » Roma
- » San Benedetto del Tronto
- » Torino

**CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE
NUTRITIONAL SPORT EXPERT**



- Assenza di dogmi
- Meccanismi alla base della prestazione fisica
- Modulazione dei nutrienti
- Valutazione delle necessità dei fattori complementari (vitamine e minerali)
- Uso ragionato e mirato dell'integrazione e supplementazione alimentare
- Processi immunologici, endocrinologici ed antropometrici legati all'attività fisica

*Akesios Group - società di consolidata esperienza nell'organizzazione di **congressi, workshop, scuole e corsi in ambito medico-scientifico**, con particolare focalizzazione nel campo della nutrizione ed integrazione - in collaborazione con SINSeB (Società Italiana di Nutrizione, Sport e Benessere) organizza SANIS, ormai da quattro anni, la prima **scuola di formazione specializzata nella nutrizione e supplementazione alimentare in ambito sportivo**.*

*In un contesto spesso poco strutturato, SANIS rappresenta l'**unico percorso formativo di nutrizione sportiva** in grado di conciliare tradizione nutrizionale e l'high tech dell'integrazione sportiva.*

*SANIS presenta una particolarità: le sedi nelle quali il progetto è nato sono **3 prestigiose Università italiane** (Pavia, Parma e Bologna) e gli oltre 150 docenti sono, per la maggiorparte, Professori Universitari supportati da esperti del settore sempre presenti per una perfetta miscelazione tra Accademia e competenze sul campo.*

*SANIS propone, inoltre, un nuovo approccio formativo grazie ad un programma che si articola in **2 Anni Accademici**. Nel primo anno le informazioni nutrizionali di base sono affrontate e approfondite attraverso una visione innovativa. Nel secondo anno nutrizione e attività fisica vengono esplorate a 360° in ogni tipo di attività sportiva.*



MELITO'S GENERAL INFO



ACCREDITAMENTO ECM



Akeisos Group Provider n. 403, iscritto all'Albo Nazionale, ha conferito **50 crediti ECM per annualità** per un totale di 100 crediti nel biennio a: *Medici, Odontoiatri, Biologi, Dietisti, Farmacisti, Fisioterapisti e Infermieri.* Le iscrizioni sono aperte anche a laureati in Scienze Motorie e in generale agli operatori del mondo della nutrizione, sport e benessere.



CERTIFICATO SINSEB-ISSN



Grazie all'accordo internazionale Akeisos - SINSeB - ISSN alla conclusione del biennio SANIS sarà possibile partecipare al test per l'ottenimento del CISSN (Certificate of International Society of Sports Nutrition) o SNS (Sport Nutrition Specialist). Si precisa che le certificazioni e il diploma rilasciato dalla Scuola hanno una valenza esclusivamente "culturale" e potranno essere utili al professionista solo se già in possesso di abilitazione all'esercizio in ambito nutrizionale.



INFORMAZIONI GENERALI



Per informazioni di carattere medico-scientifico:
marzaticosanis@akesios.it

Per informazioni di carattere organizzativo:
info@akesios.it

Segreteria organizzativa



In collaborazione con





MELITOS' PROGRAM

1° LEZIONE

CARATTERISTICHE E OBIETTIVI FORMATIVI DELLA SCUOLA

Bioenergetica muscolare nell'attività fisica e nello sport

Bioenergetica dei meccanismi anaerobici
Bioenergetica dei meccanismi aerobici
Bioenergetica dei meccanismi misti
(anaerobico/aerobico)

Elementi di valutazione della composizione corporea

Metodiche di valutazione (plicometria,
ultrasuoni, BIA/VA, Dexa)

Composizione corporea e prestazione
fisica

Composizione corporea caratteristica
nei vari tipi di sport

2° LEZIONE

Modulazione ormonale ed attività fisica

Asi ormonali e Sport
Overtraining
Crononutrizione

Dietetica Sportiva

Dieta/e mediterranea e dieta a "zona"
Dieta/e vegetariana e chetogeniche
Disturbi alimentari e sport



3° LEZIONE

Integratori e supplementi sportivi

Proteine purificate, AA essenziali
AA Ramificati, Creatina
Leucina e Idrossi-metil-butirrato (HMB)
Carnosina e beta - alanina
Carboidrati, miscele di zuccheri e
maltodestrine
Caffeina e energy drinks
Carnitina e glutammina
Termogenici e Dimagranti

4° LEZIONE

Cibi funzionali e sport

Omega 3
Prebiotici e Probiotici
Vitamine e Minerali

Mantenimento dell'equilibrio idrico-salino nello sport e nel fitness

Sudorazione e regolazione volumetrica
dei liquidi corporei
Acqua minerale e sports drinks

Nutrizione ed integratori per il supporto del sistema immunitario

Attività fisica e sistema immunitario
Integrazione a supporto del sistema
immunitario





Radicali liberi, ossidazioni ed antiossidanti

Meccanismi di produzione dei radicali liberi nello sport

Vitamine antiossidanti

Antiossidanti non enzimatici (NAC, Q10, zeolite)

Bioflavonoidi

Preparati a base di estratti vegetali

Estratti ad azione "adattogena" e attività fisica

Estratti ad azione ormonale

Principi di Farmacologia legata al doping

I gruppi di farmaci doping

I metodi vietati e classificati doping



Il dettaglio relativo alle date ed agli orari sarà

Nutrizione, supplementazione ed attività fisica per il dimagrimento salutistico

L'organo adiposo e regolazione fisiologica dell'accumulo di grasso

Principi di attivazione metabolica per il dimagrimento

Regolazione fisiologica del "trofismo" muscolare maschile e femminile

Dietetica e supplementazione per la muscolazione e la definizione

Gestione calorica con modulazione di nutrienti

Schemi dietetico-atletici per il dimagrimento

Supplementi efficaci per l'ipertrofia



aggiornato e consultabile su sito www.sanis.it



MELITOS' PROGRAM

1° LEZIONE

Nutrizione e supplementazione per le gare di endurance ed ultraendurance

Meccanismi fisiologici dell'allenamento di endurance ed ultraendurance
Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
Nutrisupplementazione allenamento e pre-gara, in gara e post-gara
Nutrisupplementazione per le prestazioni estreme (alte e basse temperature)

Nutrizione, supplementazione per lo sci

Meccanismi fisiologici dell'allenamento di sci alpinistico
Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
Nutrisupplementazione pre-gara, in gara e post-gara
Adattamenti di nutrisupplementazione per il fondo

IN ALTERNATIVA

Nutrizione, supplementazione negli sport di abilità

Cervello e prestazione sportiva
Nutrisupplementazione e capacità di colpire (tiro con l'arco ed armi olimpiche)

Nutrizione, supplementazione negli sport motoristici

Nutrizione per la preparazione alla stagione agonistica
Nutrisupplementazione per le gare (moto, rally ed auto da circuito)

2° LEZIONE

Nutrizione e supplementazione negli sport di squadra

Meccanismi fisiologici dell'allenamento di squadra (calcio)
Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
Nutrisupplementazione per pre-gara, in gara e post-gara
Adattamenti di nutrisupplementazione per il rugby
Adattamenti di nutrisupplementazione per la pallacanestro
Adattamenti di nutrisupplementazione per la pallavolo

3° LEZIONE

Nutrizione e supplementazione nel tennis

Meccanismi fisiologici dell'allenamento del tennis
Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
Nutrisupplementazione per pre-gara, in gara e post-gara

Nutrizione e supplementazione nel golf

Meccanismi fisiologici dell'allenamento del golf
Necessità caloriche, modulazione dei nutrienti e supplementi

Nutrizione e supplementazione per gli sport di combattimento e categorie di peso

Meccanismi fisiologici dell'allenamento negli sport da combattimento
Dietetica e supplementazione per modulare e mantenere il peso
Nutrisupplementazione pre-gara, nelle gare e per il recupero
Nutrisupplementazione durante infortuni e per il recupero della forma





4° LEZIONE

Nutrizione e supplementazione per gli sport acquatici

Meccanismi fisiologici dell'allenamento di nuoto
 Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
 Nutrisupplementazione pre-gara, in gara e post-gara
 Adattamenti di nutrisupplementazione per l'apnea

Nutrizione, supplementazione nel canottaggio

Meccanismi fisiologici dell'allenamento in barca
 Nutrisupplementazione per la composizione corporea e la prestazione

Genetica e sport

Polimorfismi e prestazione sportiva
 Nutriepigenetica
 Nutriepigenetica e sport

5° LEZIONE

Attività motoria ed alimentazione nel bambino e nell'adolescente

Fisiologia del movimento dall'infanzia all'adolescenza
 Le carenze dietetiche nei bambini e negli adolescenti
 Nutrizione ed allenamenti
 Integrazione alimentare ragionata del bambino atleta

Nutrizione e supplementazione nelle persone attive di terza età

Invecchiamento ed allenamento aerobico/forza
 Nutrizione, esercizio programmato ed allenamenti
 Integrazione alimentare ragionata dei soggetti anziani

Il dettaglio relativo alle date ed agli orari sarà

6° LEZIONE

Nutrizione, supplementazione nello sport per i disabili

Allenamento e disabilità
 Nutrisupplementazione per la composizione corporea e lo sport

PROVA PRATICA

Presentazione elaborati ed esperienze dei gruppi di lavoro

7° LEZIONE

TEST PER L'OTTENIMENTO DI:

- *ECM - Educazione Continua in Medicina*
- **DIPLOMA SANIS-SINSeB**
- *CISSN - Certificate of International Society of Sports Nutrition*
- *SNS - Sport Nutrition Specialist*



aggiornato e consultabile su sito www.sanis.it



Prof. Fulvio Marzatico

*Coordinatore Scientifico Nazionale SANIS
Responsabile Laboratorio di Farmacobiochimica, Nutrizione
e Nutraceutica del Benessere Università di Pavia
Vice Presidente SINSeB
Membro Advisory Board ISSN*

Prof. Fabrizio Angelini

*Specialista in Endocrinologia
Presidente SINSeB
Sport Nutrition Consultant A.S. Roma - A.C. Siena
Membro Advisory Board ISSN*

Prof. Luca Gatteschi

*Specialista in medicina dello sport
Medico di squadra Nazionale Italiana Calcio
Consigliere SINSeB
Membro Advisory Board ISSN*

Prof. Carmine Orlandi

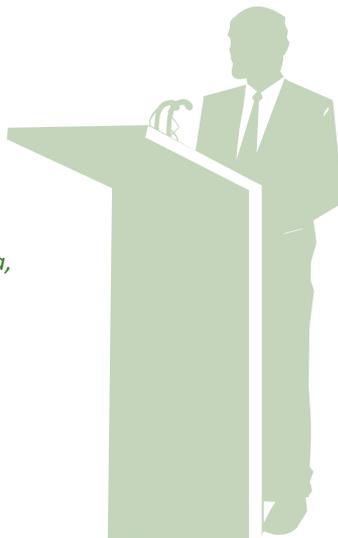
*Responsabile nutrizionale Nazionale pesistica,
judo, lotta, karate e pugilato*

Prof. Nicola Sponsiello

*Dietologo sportivo
Responsabile Apnea Academy Research
Consigliere SINSeB*

Prof. Massimo Negro

*Dietista e Laurea in Scienze Motorie
Laboratorio di Farmacobiochimica, Nutrizione e Nutraceutica
del Benessere Università di Pavia
Consigliere SINSeB*







MELITOS' LEADERS

Consuelo Amantini

Fabrizio Angelini

Christian Baldini

Alberto Mario Bargossi

Marianna Bellafiore

Luca Belli

Andrea Benso

Sergio Bernasconi

Alex Bertuccioli

Veronica Biancotti

Felicina Biorci

Simona Bo

Marco Bonifazi

Alessandro Bonuccelli

Andrea Busalacchi

Giulia Cafiero

Menotti Calvani

Riccardo Calvani

Roberto Cannataro

Marco Cappa

Antonio Caprioli

Giorgio Carbonaro

Maria Cristina Caroleo

Pietro Mariano Casali

Arnaldo Castelli

Francesca Castello

Marco Tullio Cau

Gianpaolo Ceda

Danilo Cialoni

Erika Cione

Dario Colella

Roberto Corsetti

Lucia Crosta

Giuseppe D'Antona

Giovanni De Francesco

Domenico De Mattia

Heide De Togni

Giuseppe Di Fede

Pietro Di Fiore

Enrico Doria

Iader Fabbri

Francesco Fagnani

Danilo Fintini

Pierluigi Fiorella

Paola Fiori

Angela Focarelli

Donato Formicola

Francesco Francini Pesenti

Luca Gatteschi

Giuseppe Gaudio

Carlo Giammattei

Federica Guaraldi

Fabio Guarini

Marco Ivaldi

Gennaro La Delfa

Flavia La Forgia



Giorgio Leo
Nicola Locorotondo
Marco Malaguti
Rocco Malivindi
Alberto Maran
Luca Marin
Moreno Mariotti
Laura Martinelli
Fulvio Marzatico
Filippo Massaroni
Fulvio Massini
Stefano Mattiotti
Claudio Mauceri
Massimo Mazza
Domenico Meleleo
Alessandra Modesti
Giovanni Montagna
Antonio Moschetta
Massimo Nabissi
Massimo Negro
Marco Neri
Giuseppe Noia
Carmine Orlandi
Francesco Palermo
Danilo Palmucci
Antonio Paoli
Pierluigi Pecoraro
Domenico Pellegrini Giampietro

Mariarita Perri
Valeria Polzonetti
Derry Procaccini
Maria Pia Rigobello
Paola Rossi
Floriano Rossolini
Sara Rucci
Alessandro Sau
Elisa Seghetti
Luca Silvestrini
Natascia Spagnardi
Mirco Spedicato
Nicola Sponsiello
Giovanna Susca
Styven Tamburo
Stefano Tilli
Marcello Traina
Sara Tramannoni
Dario Umalini
Carmine Ungaro
Matteo Vandoni
Francesca Vannini
Andrea Varri
Maria Teresa Venneri
Manuele Vezzali
Alberto Vincenzi
Vittorio Virzì
Alberto Zurma



FOLLOW THE MELITOS' WAY

SANIS

SCHEDA DI ISCRIZIONE

Cognome _____ Nome _____

Nato a _____ il ___/___/_____

Categoria professionale _____

Indirizzo _____

Cap _____ Città _____ Prov _____

e-mail _____

Telefono _____ Cellulare _____

Codice Fiscale _____

Partita IVA _____

Quota di iscrizione annuale IVA inclusa (barrare la casella prescelta)

Per tutti i tesserati CONI SICILIA verrà applicato uno sconto del 15% sulla quota di iscrizione

ECM €. 995,00

anziché €. 1.170,00

NO ECM €. 808,00

anziché €. 950,00

Tessera CONI N° _____

Modalità di pagamento:

- Bonifico bancario intestato ad Akesios Group S.r.l. sul c/c di Unicredit Banca IBAN IT 07 L 0200812702000040843131

Causale: Nome e Cognome - Iscrizione SANIS - Anno Accademico - Sede.

- Pagamento on-line con carta di credito sul sito www.sanis.it

Legge sulla Privacy - Ai sensi del D. Lgs 196/2003

Vi informiamo che, ai sensi del D.Lgs 196/2003 i dati personali sopra forniti attraverso la compilazione della presente scheda di iscrizione, potranno formare oggetto di trattamento in relazione allo svolgimento di questo evento. I dati, il cui conferimento è facoltativo, verranno trattati nel rispetto della normativa sopra richiamata con il supporto di mezzi cartacei e/o informatici, comunque mediante strumenti idonei a garantire la loro sicurezza e riservatezza. L'ambito di trattamento sarà limitato al territorio italiano e i dati potranno essere comunicati per le finalità di cui sopra a: 1. soggetti che in collaborazione con il titolare abbiano partecipato all'organizzazione di questa iniziativa; 2. soggetti che partecipano a questa iniziativa come relatori; 3. enti collegati. I dati verranno trattenuti per tutta la durata e anche successivamente per l'organizzazione e lo svolgimento di analoghe iniziative. Voi potrete in ogni momento esercitare i diritti di cui all'articolo 7 e ss. del D. Lgs 196/2003 e quindi conoscere, ottenere la cancellazione, la rettifica, l'aggiornamento e l'integrazione dei vostri dati, nonché apporvi al loro utilizzo per le finalità indicate.

Titolare dei sopraindicati trattamenti è Akesios Group Srl, con sede in Via A. Viola, 9 - 43126 PARMA.

Responsabile del trattamento è l'Amministratore Delegato di Akesios Group Srl. I dati saranno trattati dagli incaricati appartenenti alle seguenti aree: Organizzazione Congressi, Amministrazione, Segreteria, Direzione.

CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI

Il sottoscritto _____ dichiara di aver ricevuto l'informativa di cui all'art. 13 del D. Lgs 196/2003 e di esprimere il suo consenso previsto dagli art. 23 e ss. della citata legge, al trattamento dei suoi dati per le finalità precisate nell'informativa.

Data _____ Firma _____

CONSENSO ALLA COMUNICAZIONE DEI DATI

Il sottoscritto _____ dichiara di aver ricevuto l'informativa di cui all'art. 13 del D. Lgs 196/2003 e di esprimere il suo consenso previsto dagli art. 23 e ss. della citata legge, alla comunicazione dei suoi dati per le finalità precisate nell'informativa.

Data _____ Firma _____

Si prega di inviare la scheda compilata in ogni sua parte via fax al seguente numero: 0521/16.220.61