

Sa.N.I.S.[®]

Scuola di Nutrizione ed Integrazione nello Sport

Bari

new

Bologna

new

Cagliari

Firenze

Padova

new

Palermo

Pavia

Roma

San Benedetto del Tronto

new

Torino

100 crediti ECM



"Melito"

**CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE
NUTRITIONAL SPORT EXPERT**

SaNIS: high tech della nutrizione e integrazione sportiva

- 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 Sa.N.I.S., la prima **scuola di formazione specializzata nella nutrizione e supplementazione alimentare in ambito sportivo**.

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

Sa.N.I.S. presenta una particolarità: le sedi nelle quali il progetto è nato sono **3 prestigiose Università italiane** (Pavia, Parma e Bologna) e i docenti di tutte le sedi sul territorio nazionale sono Professori Universitari supportati da esperti del settore per una perfetta miscelazione tra Accademia e competenze sul campo.

Sa.N.I.S. propone, inoltre, un **nuovo approccio formativo** grazie ad un programma che si articola in **2 Anni Accademici**: il primo basato su **informazioni nutrizionali di base** affrontate e approfondite attraverso una visione innovativa, il secondo orientato ad una **formazione 'professionalizzante'** dove nutrizione e attività fisica vengono esplorate a 360°, elaborando strategie nutrizionali per ogni tipo di attività sportiva. E' inoltre previsto un **percorso successivo al biennio**, strutturato in singoli moduli con l'obiettivo di approfondire il tema della nutrizione e della supplementazione in una determinata disciplina agonistico/sportiva.



MELITO'S GENERAL INFO



La scuola conferisce 100 crediti ECM a:
Medici, Odontoiatri, Biologi, Dietisti e Farmacisti
Le iscrizioni sono aperte anche a laureati in Scienze Motorie e in generale agli operatori del mondo della nutrizione, sport e benessere

ACCREDITAMENTO ECM

Akesios Group Provider n. 403, iscritto all'Albo Nazionale, ha conferito **50 crediti ECM** per annualità per un totale di 100 crediti nel biennio



COMITATO SCIENTIFICO

Prof. Fulvio Marzatico
Coordinatore Scientifico Nazionale Sa.N.I.S.
Responsabile Laboratorio di Farmacobiocchimica, 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. Sergio Bernasconi
Professore Ordinario in Pediatria Generale e Specialistica dell'Università di Parma
Direttore della Clinica Pediatrica dell'Ospedale Maggiore di Parma



CERTIFICATO SINSEB - ISSN

Grazie all'accordo internazionale Akesios - SINSeB - ISSN alla conclusione del biennio Sa.N.I.S. sarà possibile partecipare al test per l'ottenimento del CISSN (Certificate of International Society of Sport Nutrition)

Segreteria organizzativa



AKESIOS GROUP Srl

Via A. Viola, 9 43126 Parma

Tel: +39-0521-64.77.05 - Fax: +39-0521-16.22.06.1

www.akesios.it - info@akesios.it

In collaborazione con





OTTOBRE 2013

Rapporto fra alimentazione e nutrizione

- Gli alimenti nell'era della globalizzazione
- Abitudini alimentari e attività fisica

I nutrienti: generalità del loro ruolo in campo sportivo

- Carboidrati
- Lipidi
- Proteine
- Vitamine
- Minerali: macrominerali e oligoelementi

NOVEMBRE 2013

Uso dei substrati energetici nei meccanismi di produzione energetica

- Uso dei substrati energetici nel meccanismo anerobico
- Uso dei substrati energetici nel meccanismo aerobico
- Uso dei substrati energetici nei meccanismi misti (anaerobico/aerobico)

Elementi di valutazione della composizione corporea

- Plicometria e sonde ultrasoniche
- Bioimpedenziometria (BIA) ed analisi vettoriale
- Dexa



DICEMBRE 2013

Composizione corporea e prestazione fisica

- Parametri di riferimento per gli sport aerobici
- Parametri di riferimento per gli sport con limiti di peso
- Parametri di riferimento per gli sport di squadra

Dietetica

- Composizione quali/quantitativa della dieta mediterranea
- Composizione quali/quantitativa della dieta "a zona"
- Composizione quali/quantitativa ed organizzazione delle diete chetogeniche
- Diete vegetariane e sport
- Disturbi alimentari e sport

GENNAIO 2014

Modulazione dei nutrienti ed integratori per il trofismo muscolare

- Proteine purificate, AA essenziali (barrette proteiche)
- AA ramificati, Leucina
- Creatina
- Idrossi-metil-butirrato (HMB)
- Integrazione pre work-out

Modulazione Nutrienti ed integratori per le prestazioni aerobiche

- Carboidrati e maltodestrine (barrette energetiche)
- Miscele di zuccheri
- Energy drinks, caffeina
- BCAA e carnitina
- Recovery meal



FEBBRAIO 2014

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

- Sudorazione e regolazione volumetrica dei liquidi corporei
- Sudorazione e perdita di acqua e sali minerali
- Prevenzione e reintegro di liquidi e minerali nei vari tipi di sport

Supporto tecnologico alimentare alla nutrizione sportiva

- Functional foods e Novel Foods
- Omega 3 ed infiammazione
- Attività fisica ed omega 3

MARZO 2014

Modulazione ormonale da parte dei nutrienti

- Asse ipotalamo ipofisi soma e nutrienti
- Asse ipotalamo ipofisi tiroide e nutrienti
- Asse ipotalamo ipofisi gonadi e nutrienti
- Asse ipotalamo ipofisi surrene (stress)
- Overtraining ed interventi nutrizionali
- Crononutrizione

Nutrizione ed integratori per il supporto del sistema immunitario

- Attività fisica e sistema immunitario
- Immunodepressione da sport
- Probiotici e sport
- Vitamina C e vitamina D
- Flavonoidi



APRILE 2014

Radicali liberi ed ossidazioni

- Meccanismi di produzione dei radicali liberi
- Attività fisica aerobica e ossidazioni cellulari
- Attività fisica anerobica e di forza e ossidazioni cellulari

Strategie fisiche e nutrizionali antiossidanti

- Attività fisica e capacità antiossidante
- Vitamine antiossidanti ed attività fisica
- Bioflavonoidi ed attività fisica

MAGGIO 2014

Preparati a base di estratti vegetali

- Estratti ad azione "adattogena" e attività fisica
- Estratti e modulazione del peso e della composizione corporea
- Estratti ad azione ormonale

Intolleranze, analisi ematochimiche ed attività fisica

- Esami ematochimici per la valutazione della forma atletica
- Le basi immuno-biochimiche delle intolleranze alimentari
- I test per le intolleranze (limiti e prospettive)





OTTOBRE 2013

Nutrizione, supplementazione e programma fisico per il dimagrimento salustico

- L'organo adiposo
- Regolazione fisiologica dell'accumulo di grasso
- Principi di attivazione metabolica per il dimagrimento
- Programma di esercizi a differenti componenti energetiche

Nutrizione ed integrazione combinate ad esercizio fisico

- Gestione calorica con modulazione di nutrienti
- Schemi dietetico/atletici per il dimagrimento
- Termogenici e depuratori
- Modulatore degli assorbimenti calorici

IN ALTERNATIVA**Nutrizione, supplementazione per lo sci**

- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'allenamento di sci alpinistico
- Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
- Nutrizione e supplementazione settimana pre-gara

Programma nutrizionale e di supplementazione per le gare

- Nutrizione e supplementazione giorno della gara
- Nutrizione e supplementazione per le gare ravvicinate
- Nutrizione e supplementazione per i post infortuni

NOVEMBRE 2013

Nutrizione, supplementazione del fitness a supporto estetico

- Regolazione fisiologica del "trofismo" muscolare
- Schemi dietetico/atletici ed integratori per la muscolazione e la definizione
- Programmi selettivi per il fitness femminile

DICEMBRE 2013

Nutrizione, supplementazione nello sport per i disabili

- Fisiologia dell'allenamento di fitness
- Programmazione dietetico/atletica per una buona composizione corporea
- Nutrizione ed integrazione per la preparazione atletica

Attività motoria ed alimentazione nel bambino e nell'adolescente

- Sviluppo delle capacità motorie e fisiologia del movimento dall'infanzia all'adolescenza
- Programmi di approccio motorio per i bambini
- Dietetica di base nel bambino e nell'adolescente
- Le carenze dietetiche nei bambini e negli adolescenti

Il bambino e l'adolescente "atleta"

- Nutrizione ed allenamenti
- Diete alternative ed attività fisica
- Integrazione alimentare ragionata del bambino atleta

GENNAIO 2014

Nutrizione e supplementazione per le gare di endurance ed ultraendurance

- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'allenamento di endurance
- Variazioni ormonali legate all'allenamento di endurance
- Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
- Nutrizione e supplementazione settimana pre-gara della Maratona

Programma nutrizionale per ultra-endurance e triathlon

- Caratteristiche fisiologiche dell'ultraendurance
- Nutrizione e supplementazione pre-gara
- Nutrizione e supplementazione pre-gara per l'iron men
- Nutrizione e supplementazione per le prestazioni estreme ad alte e basse temperature

FEBBRAIO 2014

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

- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'allenamento negli sport da combattimento
- Dietetica e supplementazione per gli atleti che devono mantenere il peso
- Nutrizione e supplementazione settimana pre-gara

Programma nutrizionale e di supplementazione per le gare di combattimento

- Nutrizione durante le gare sportive
- Nutrizione e supplementazione post-gara
- Nutrizione e supplementazione per la salute articolare

MARZO 2014

Nutrizione e supplementazione negli sport di squadra

- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'allenamento di squadra
- Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti
- Valutazione chimico-clinica dello stato di forma

Programma nutrizionale e di supplementazione per la gara

- Nutrizione e supplementazione settimana pre-gara
- Nutrizione e supplementazione nel giorno della gara
- Nutrizione e supplementazione per le gare ravvicinate
- Nutrizione e supplementazione per i post infortuni

APRILE 2014

Nutrizione e supplementazione per gli sport acquatici

- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'allenamento di nuoto
- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'allenamento di apnea
- Necessità caloriche e modulazione dei nutrienti

Programma nutrizionale e di supplementazione per il nuoto agonistico

- Nutrizione e supplementazione settimana pre-gara
- Nutrizione e supplementazione nel giorno della gara
- Nutrizione e supplementazione per le gare ravvicinate
- Nutrizione e supplementazione per le gare di apnea

MAGGIO 2014

Nutrizione e supplementazione nelle persone attive di terza età

- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'invecchiamento maschile
- Meccanismi fisiologico/biochimici dell'invecchiamento femminile
- Allenamento aerobico e di forza per la terza età

Programma nutrizionale e di supplementazione anti-aging

- Nutrizione e supplementazione settimanale nell'allenamento di fitness
- Nutrizione e supplementazione settimanale nell'allenamento anti-aging

Test di certificazione International Society of Sport Nutrition




 *Orario delle lezioni: mattino 9.30-13.00 / pomeriggio 14.00-17.30*

	PAVIA	ROMA	PADOVA	FIRENZE	BOLOGNA	PALERMO	S.B.TRONTO	TORINO	BARI	CAGLIARI	
1° LEZIONE	05 OTTOBRE	05 OTTOBRE	05 OTTOBRE	12 OTTOBRE	12 OTTOBRE	09 NOVEMBRE	26 OTTOBRE	19 OTTOBRE	19 OTTOBRE	19 OTTOBRE	1° LEZIONE
2° LEZIONE	09 NOVEMBRE	09 NOVEMBRE	09 NOVEMBRE	16 NOVEMBRE	16 NOVEMBRE	30 NOVEMBRE	16 NOVEMBRE	23 NOVEMBRE	23 NOVEMBRE	23 NOVEMBRE	2° LEZIONE
3° LEZIONE	07 DICEMBRE	07 DICEMBRE	07 DICEMBRE	14 DICEMBRE	07 DICEMBRE	14 DICEMBRE	3° LEZIONE				
4° LEZIONE	11 GENNAIO	11 GENNAIO	11 GENNAIO	18 GENNAIO	18 GENNAIO	25 GENNAIO	18 GENNAIO	25 GENNAIO	25 GENNAIO	25 GENNAIO	4° LEZIONE
5° LEZIONE	08 FEBBRAIO	08 FEBBRAIO	08 FEBBRAIO	15 FEBBRAIO	15 FEBBRAIO	22 FEBBRAIO	15 FEBBRAIO	22 FEBBRAIO	22 FEBBRAIO	22 FEBBRAIO	5° LEZIONE
6° LEZIONE	08 MARZO	08 MARZO	08 MARZO	15 MARZO	15 MARZO	22 MARZO	15 MARZO	22 MARZO	22 MARZO	22 MARZO	6° LEZIONE
7° LEZIONE	05 APRILE	05 APRILE	05 APRILE	12 APRILE	05 APRILE	12 APRILE	7° LEZIONE				
8° LEZIONE	10 MAGGIO	10 MAGGIO	10 MAGGIO	17 MAGGIO	17 MAGGIO	17 MAGGIO	17 MAGGIO	24 MAGGIO	24 MAGGIO	24 MAGGIO	8° LEZIONE

Il calendario potrà subire variazioni



Consuelo Amantini

Fabrizio Angelini

Alberto Mario Bargossi

Luca Belli

Gianfranco Beltrami

Andrea Benso

Sergio Bernasconi

Alex Bertuccioli

Felicina Biorci

Simona Bo

Antonio Bonetti

Paolo Borrione

Alessandro Bunuccelli

Daniela Buonocore

Riccardo Calvani

Pietro Mariano Casali

Arnaldo Castelli

Marco Tullio Cau

Gianpaolo Ceda

Dario Colella

Roberto Corsetti

Giuseppe D'Antona

Domenico De Mattia

Giovanni De Pergola

Heide De Togni

Pietro Di Fiore

Enrico Doria

Iader Fabbri

Francesco Fagnani

Enrico Fiaccadori

Pierluigi Fiorella

Angela Focarelli

Donato Formicola

Francesco Francini Pesenti

Andrea Gabba

Luca Gatteschi

Alessandro Gelli

Lucia Ghizzoni

Carlo Giammattei

Nella Augusta Greggio

Federica Guaraldi

Fabio Guarini

Marco Ivaldi

Gioachino Kratter

Flavia La Forgia

Giorgio Leo

Matteo Levi

Nicola Maiullari

Marco Malaguti

Luca Marin

Moreno Mariotti

Laura Martinelli

Fulvio Marzatico

Giuseppe Massazza

Domenico Meleleo

Silvia Migliorini

Mauro Maria Vittoria Minervini

Marco Alessandro Minetto

Alessandra Modesti

Giovanni Montagna

Antonio Moschetta

Massimo Nabissi

Massimo Negro

Carmine Orlandi

Francesco Palermo

Agostino Paoletta

Alessandro Paoli

Antonio Paoli

Domenico Pellegrini Giampietro

Valeria Polzonetti

Derry Procaccini

Alberto Rainoldi

Maria Pia Rigobello

Floriano Rossolini

Paola Rossi

Sara Rucci

Massimo Spattini

Mirco Spedicato

Nicola Sponsiello

Styven Tamburo

Roberto Toni

Sara Tramannoni

Dario Umalini

Maria Teresa Venneri

Manuele Vezzali

Alberto Zurma

L'elenco dei docenti potrà essere suscettibile di variazioni.

Per una verifica certa si rimanda all'indirizzo www.sanis.it



FOLLOW THE MELITO'S WAY

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)

ECM €. 1.120,00

NO ECM €. 910,00

PRIMO ANNO

SECONDO ANNO

SEDE DI

Modalità di pagamento:

- Bonifico bancario intestato ad Akesios Group S.r.l. sul c/c di Unicredit Banca IBAN IT 69 P 02008 12150 000040843131

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