

MARATONA: Il piacere di superare il limite

Sabato 1 ottobre 2011

Aula Magna IED - Villa Satta - Viale Trento, 39 - Cagliari

Presidente
Sergio Mameli

Moderatori
R. Versace – S. Mameli - L. Casciu - F. Stagno

- 15.00 **Presentazione della Maratona - S. Mameli**
- 15.20 **Maratona: Una sfida possibile - R. Versace**
- 15.40 **Come preparare il Corpo - F. Massini**
- 16.00 **Come preparare il Cuore, fantastico Pace-Maker - C. Lai**
- 16.20 **Come preparare la Mente - F. Marrosu**
- 16.40 **Pausa**
- 16.50 **Quando nessun ostacolo ti può fermare - D. Melis**
- 17.10 **Diabete e sport: qualità di vita - F. Madau**
- 17.30 **Ipertoniche, isotoniche, ipotoniche: guida ad una scelta corretta - R. Milia**
- 17.50 **Caratteristiche e qualità dell'acqua: quali vantaggi per il maratoneta? - F. Murru**
- 18.10 **Discussione**

Relatori

- | | |
|-------------------------|--|
| Luigi Casciu | <i>Specialista in radiologia</i> |
| Carlo Lai | <i>Specialista in cardiologia</i> |
| Franco Madau | <i>Specialista in endocrinologia</i> |
| Sergio Mameli | <i>Specialista in anestesia, rianimazione e terapia del dolore</i> |
| Franco Marrosu | <i>Specialista in neurologia</i> |
| Fulvio Massini | <i>Preparatore atletico</i> |
| Davide Melis | <i>Probabile paralimpico - Londra 2012</i> |
| Raffaele Milia | <i>Specialista medicina dello sport</i> |
| Francesca Murru | <i>Specialista in biologia</i> |
| Francesco Stagno | <i>Specialista in anestesia, rianimazione e medicina dello sport</i> |
| Renato Versace | <i>Specialista medicina dello sport e chirurgia toracica</i> |

