

## PROPOSTA PROVE DI VALUTAZIONE PER SKYRACE

ProSport11 Srls si occupa di servizi sportivi per atleti, società sportive ed amatori. Tra i vari servizi che offriamo ci sono la preparazione atletica e la valutazione funzionale.

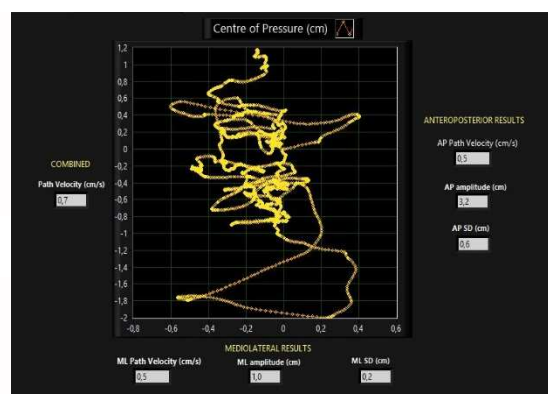
In una gara come la UYN Vertical Courmayeur Mont Blanc proporremo delle prove di valutazione gratuite della durata di pochi minuti utili a comprendere come una corretta valutazione funzionale ed una giusta analisi dei dati siano in grado di prevenire gli infortuni, migliorare la performance dell'atleta nella corsa in montagna.

Le prove proposte si svolgeranno presso la stazione Skyway Pavillon al termine delle gare.

1. **VALUTAZIONE STABILOMETRICA E PROPRIOCETTIVA:** permette di valutare le capacità di equilibrio di un soggetto (monopodale e bipodale) misurando lo spostamento e la velocità del Centro di Pressione (COP). Si rilevano dati come:

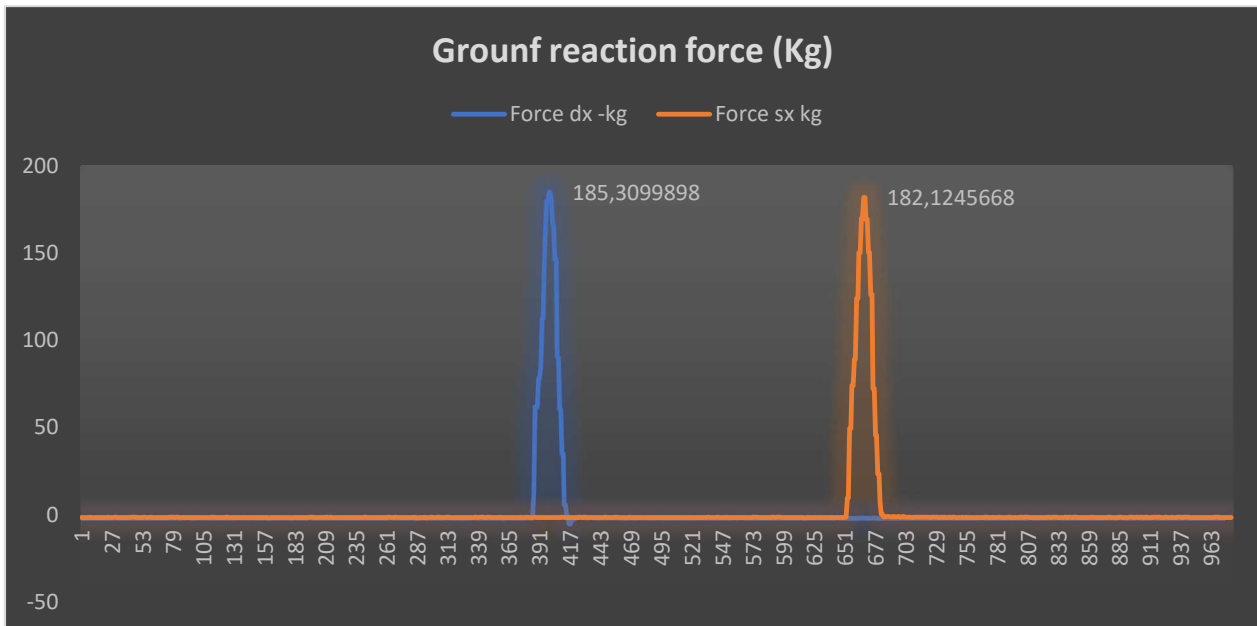
- ✓ COP Path (distanza percorsa dal centro di pressione)
- ✓ Velocità degli spostamenti Antero-posteriori (AP)
- ✓ Velocità degli spostamenti medio-laterali (ML)
- ✓ Ampiezza degli spostamenti AP e ML

*Possibilità di prevedere la valutazione su appoggio stabile ed instabile*



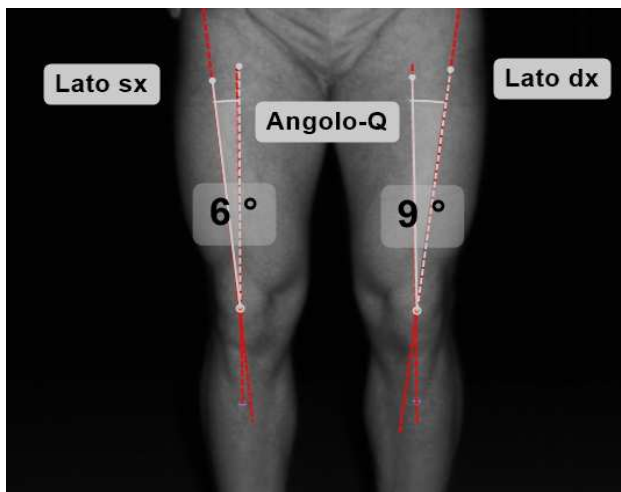
*Statokinesigramma*

- Valutazione della Forza di reazione al suolo durante il passo (GRF): si misura la forza scambiata tra il corpo e la superficie d'appoggio: (confronto tra i due arti)



L'ampiezza di ogni curva è espressione del tempo di appoggio dell'arto al suolo. L'aspetto del tracciato fornisce informazioni su come viene distribuita e sfruttata la forza restituita dalla superficie d'appoggio.

- Valutazione Angolo Q (articolazione del ginocchio) per la determinazione del rischio di infortuni riguardante gli arti inferiori.



*L'aumento di questo angolo può determinare un incremento della forza in valgo predisponendo ad infortuni.*