



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore

Formazione Permanente UCSC  
Corso di Laurea in Scienze Motorie

**ANNO ACCADEMICO 2025/2026**

**CORSO  
di  
RIALLENAMENTO E ATTIVITÀ FISICA  
POST-RIABILITATIVA nell'adulto**

*Direzione Scientifica*  
**Prof. Casolo Francesco**

*Docenza*  
**Prof. Fenaroli Gustavo**  
**Prof. Albanese Fabio**

**Milano, 19 maggio – 3 giugno 2026**

**Riservato agli studenti del II e III anno di L22 e agli studenti di LM67/68**

**Scadenza iscrizioni: 12 maggio 2026**

**[Vai alla pagina online del Corso →](#)**



## FINALITÀ

Il corso si propone di fornire le basi teoriche e le competenze pratiche per ri-allenare un soggetto nell'immediato periodo post-riabilitativo al fine di potenziarlo muscolarmente e di prevenire eventuali ricadute in situazioni di infortunio.

## PERIODICITÀ

Secondo semestre. Le lezioni verranno tenute presso il **Centro Accademico Sportivo Rino Fenaroli**.

**LUOGO:** FITNESS ROOM – Centro accademico Sportivo Rino Fenaroli

**ESAME:** test scritto in data da definire

## CALENDARIO:

| DATA                                   | ARGOMENTO DELLA LEZIONE  |
|--|--|
| Martedì 19 maggio<br>Ore 10.00-13.00   | Ri-allenamento post-intervento all'articolazione TIBIO-TARSICA PER instabilità grave, con breve classificazione Carichi di lavoro e protocolli<br>Esercitazioni pratiche   |
| Mercoledì 20 maggio<br>Ore 10.00-13.00 | Ri-allenamento post-intervento all'articolazione GINOCCHIO PER lesioni e suture meniscali e ricostruzione legamento crociato anteriore, con breve classificazione Carichi di lavoro e protocolli<br>Esercitazioni pratiche |
| Martedì 26 maggio<br>Ore 10.00-13.00   | Ri-allenamento post-intervento all'articolazione GINOCCHIO PER ricostruzione legamento crociato anteriore, con breve classificazione Carichi di lavoro e protocolli<br>Esercitazioni pratiche                              |
| Mercoledì 27 maggio<br>Ore 10.00-13.00 | Ri-allenamento post-intervento all'articolazione ANCA PER protesi, con breve classificazione Carichi di lavoro e protocolli<br>Esercitazioni pratiche  |
| Mercoledì 3 giugno<br>Ore 10.00-13.00  | Ri-allenamento post-intervento all'articolazione SPALLA PER lesione cuffia dei rotatori, con breve classificazione Carichi di lavoro e protocolli<br>Esercitazioni pratiche  |
| Data da concordarsi                    | Esame finale del corso   |

Il corso viene attivato:

- con numeri di iscrizione minimi di **studenti iscritti al secondo e al terzo anno del CDL in Scienze Motorie e dello sport L22 e ai primi due anni della Laurea Specialistica classe LM67/68;**
- con precedenza di iscrizione agli studenti del 3° anno della L22 (Scienze Motorie e dello Sport) e del 2° anno della LM67/68 (Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate).

**AMMISSIONE:** Il corso è riservato ad un numero massimo di n. 30 studenti

**CFU:** La completa frequenza al corso e il superamento di una prova d'esame daranno diritto all'acquisizione di **2 CFU**.

## Modalità di partecipazione:

Per iscriversi al corso è necessario procedere online dal sito:

<https://formazionecontinua.unicatt.it/formazione-corso-di-riallenamento-e-attivita-fisica-post-riabilitativa-nelladulto-sp20mi06241-07>.

La quota di partecipazione è di **€ 140,00 (IVA compresa)**.

Il pagamento della quota può essere effettuato tramite:

- **Carta di credito** direttamente dal sito delle iscrizioni online;
- **Bonifico bancario** (i dati necessari al bonifico saranno indicati nell'email di conferma di avvenuta iscrizione, una volta ultimata la procedura di iscrizione online).

**La Formazione permanente si riserva di chiudere le iscrizioni prima delle scadenze previste, al raggiungimento del numero massimo di posti disponibili.**

L'iscrizione non è rimborsabile tranne nel caso di non attivazione del corso e comunque nei termini previsti dal [Regolamento generale di iscrizione ai corsi di formazione permanente dell'Università Cattolica del Sacro Cuore](#).

Il corso viene attivato al raggiungimento del numero minimo di iscritti.

Il Coordinatore CDL Scienze Motorie  
( Prof. Francesco Casolo)