

Responsabile e ideatore
dell'Academy
Massimo De Santis
il Responsabile Tecnico
della SIS Roma Nuoto.

Il "Sei quello che crei" sta nella consapevolezza dell'atleta di raggiungere un alto livello grazie alla sua mente ed il suo fisico. L'Academy offre ad ogni singolo atleta, un insieme di strumenti per dare la possibilità di crescere dal punto di vista **TECNICO-FISICO-MENTALE**
Due mesi, 40 ore,
per diventare un **ATLETA H24**.

Sede dell'ACADEMY
Polo Federale Ostia



Lezioni rivolte sia agli atleti che
ai genitori
per un percorso da affrontare insieme

**EAT
SLEEP
SWIM
REPEAT**



SEI QUELLO CHE CREI

NUTRIZIONE



ANALISI VIDEO



PSICOLOGIA



FISIOTERAPIA



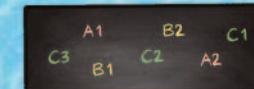
PREPARAZIONE
ATLETICA



BIOMECCANICA



METODOLOGIA



COMPLESSO SCOLASTICO INTERNAZIONALE
GIOVANNI PAOLO II
Scuola Paritaria

Costruiamo oggi il suo domani



**PERCORSO DIDATTICO
AFFIANCATO AL NUOTO
PER DIVENTARE UN
ATLETA H24**



Massimo De Santis

Direttore tecnico Head Coach SIS Roma
Tecnico Aurelia Nuoto e ideatore della MDS SWIM Academy;



Mastropietro Donato

Laurea in scienze motorie e Specializzazione biennale in teoria e Metodologia dell'allenamento.
Preparatore Fisico nuoto agonistico Sis Roma e Pallanuoto serie A1 femminil;



Luca Rasi

Allenatore Nuoto e Salvamento Gestore impianti sportivi docente Nazionale S.I.T. della Federazione Italiana Nuoto;



Valentina Mengoni

Laurea in Osteopatia e membro Registro Osteopati Italiani. Specializzazione in bendaggio sportivo e funzionale. Esperienza nel trattamento di traumi sportivi su atleti di ogni disciplina. Collaborato con squadre di Football Americano;



Paola Contardi

Laurea in psicologia clinica, specializzazione in psicoterapia cognitivo comportamentale, psicologa dello sport; Docente nazionale SIT



Ivo Ferretti

Laurea in Chimica ad indirizzo Chimico-fisico. Responsabile dell'area biomeccanica della FIN e della videanalisi delle competizioni per il settore Squadre Nazionali. Docente Nazionale S.I.T. della F.I.N.



Cristina Rossi

Laurea magistrale in biologia molecolare; Master in scienze della nutrizione; Diplomata alla Scuola di Nutrizione e Integrazione nello Sport (SANIS). Dottorato di ricerca in Qualità e sicurezza alimentare Biologa Nutrizionista presso il Centro Integrato di Senologia afferente alla UOC di chirurgia senologica della Fondazione Policlinico Universitaria A. Gemelli IRCCS Roma Nutrizionista Sis Roma pallanuoto femminile serie A1;



Villa Nadia Via Cassiano, 24 - 00124 Casal Palocco (Roma)
Tel. 06.6453.2917 - Cell. 380.266.2792
www.villanadia.it - info@villanadia.it



Pizza a Metro

