Panathlon Club Vallecamonica

*presenta*

# Curare il proprio fisico con lo Sport

a cura del Dott. Arcelli Enrico

*Con la partecipazione straordinaria di: Migidio Bourifa, Marco De Gasperi, Gennaro Di Napoli, Fabio Maj, Ruggero Pertile e Gianni Poli*

## Giovedì 24 aprile 2008 - ore 16,30 Salone Liberty - Terme di Boario Darfo Boario Terme (BS)

Enrico Arcelli è nato a Milano nel 1940; vive a Varese; è sposato; ha due figli.È laureato in Medicina e Chirurgia con tre specializzazioni (Medicina dello Sport; Scienza dell'alimentazione; Medicina del Lavoro). All'inizio degli anni '70 ha "inventato" la professione del preparatore atletico nel calcio e ne ha razionalizzato le metodico di lavoro. È stato preparatore atletico di squadre professionistiche per 24 anni; è stato poi consulente della Juventus, del Chelsea e del Milan. Nell'atletica leggera ha iniziato giovanissimo a fare l'allenatore ed è stato responsabile federale del mezzofondo, del fondo e della marcia; anche in questi settori ha portato criteri nuovi di allenamento.Si è occupato anche di altri sport. È stato preparatore atletico della grande Ignis del basket. All'inizio degli anni '80 ha ideato l'attacco al record dell'ora di ciclismo di Eddy Merckx e ha diretto l'equipe che ha seguito Moser nei record dell'ora a Città del Messico nel 1984.

Ha seguito atleti quali Tomba, Alesi e Manuela Di Centa. Ha scritto 20 libri, fra cui alcuni ("Calcio: preparazione atletica"; "La maratona: allenamento e alimenta-zione"; "Magri & forti") hanno avuto grossi successi di vendita ed uno ("Correre è bello") che è tuttora il libro sportivo italiano con il record di vendite. Suoi libri sono stati tradotti in varie lingue, compreso cinese e russo. Ha tenuto lezioni in varie università europee e conferenze in tutti i continenti.È stato in Argentina, Corea del Nord, Cina e Caraibi a tenere corsi sull'allenamento. È stato a lungo collaboratore del "Corriere della Sera"; ora scrive su alcune riviste, fra cui "Correre" e "Tennis Italiano". È professore associato presso la Facoltà di Scienze Motorie dell'Università degliStudi di Milano. È presidente dell'Equipe Enervit, la libera associazione che si occupa di ricerche applicate allo sport.

Con il patrocinio di:

Comune di Darfo Boario Terme
Assessorato allo Sport

TERME DI BOARIO

GRUPPO PODISTICO
DARFO BOARIO TERME - BRESCIA
LEGNAMI PELLEGRINELLI

www.lacittadina.it