



SABATO 30 SETTEMBRE

“Tecniche di allenamento innovative e progetti scientifici nel futuro dello sport”

TERRAZZA A MARE  
LIGNANO SABBIAADORO

Ingresso libero

In più: esibizioni della Nazionale Italiana di Nuoto Sincronizzato e Campionato Italiano di Triathlon



DOMENICA 1 OTTOBRE

“The physiology of deep breath-hold diving”

CASTELLO DI PRAMPERO  
MAGNANO IN RIVIERA

Posti limitati - Iscrizioni su  
europeevolutioncup.com

PARTNERS

goccia di carnia



sport economy.it

Swimbiz

La Gazzetta dello Sport

**EUROPE EVOLUTION CUP**

**ENZO MAIORCA: NELLA VITA, NELLO SPORT, NELLA RICERCA**  
**Lignano Sabbiadoro :: Magnano in Riviera**

**30 SETTEMBRE - 1 OTTOBRE**

**MEMORIAL ENZO MAIORCA**



## Sabato 30 settembre // Lignano Sabbiadoro

### **Seminario - Enzo Maiorca: nella vita, nello sport, nella ricerca. Tecniche di allenamento innovative e progetti scientifici nel futuro dello sport**

- 09:00** **APERTURA DEI LAVORI**  
Alessandro Vergendo, Guido Ferretti, Rosarita Gagliardi, Pietro Enrico di Prampero.
- 09:15** **I SESSIONE - In memoria di Enzo Maiorca**  
Dietro le quinte dei metodi di allenamento in acqua e sulla terra di un pioniere che ha fatto riscrivere interi trattati di medicina.  
Intervengono: Maria e Patrizia Maiorca, Mario Costa, Guido Ferretti.
- 10:00** **II SESSIONE - Dalle profondità marine allo spazio**  
Gli atleti di tutte le discipline come modelli di studio per comprendere il futuro dei viaggi spaziali con importanti ricadute sulle attività terrestri.  
Intervengono: Danilo Cialoni (SkiScubaSpace), Mario Benassai (ALTEC, Torino) e Alessandro Marroni (Divers Alert Network, Malta).
- 10:45** **III SESSIONE – Metodologie di allenamento innovative**  
Ottimizzare l'allenamento in funzione della disciplina e delle caratteristiche atletiche individuali.  
Intervengono: Mirco Ferrari (Preparatore Atletico), Patrizia Giallombardo (CT nazionale Sincro), Alessandro Vergendo (preparatore mentale).
- 11:30** **IV SESSIONE – Alimentazione, doping e peak performances**  
I supplementi nell'atletica: teoria e pratica; la plasticità muscolare in risposta all'uso, disuso e all'invecchiamento; l'energetica della corsa: effetti della fatica.  
Intervengono: Nicola Sponsiello (Padova), Marco Narici (Padova), Pietro Enrico di Prampero.
- 12:00** **V SESSIONE - "Il messaggio di Enzo"**  
I progetti educativi e di prevenzione agli incidenti nelle scuole: "Il Mare negli occhi del bambino" e "Rights of the Sea".  
Intervengono: Rosarita Gagliardi, Patrizia Maiorca, Claudio Bardini.
- 12:15** **CHIUSURA DEI LAVORI**

---

**Nel pomeriggio di sabato dalle 15.30 e nella mattina di domenica dalle 10.00 sempre a Lignano si potrà assistere alle esibizioni della Nazionale di Nuoto Sincronizzato e alle gare del Campionato Italiano di Triathlon.**

---

Comitato organizzatore:  
Pietro E. di Prampero, Guido Ferretti, Alessandro Vergendo, Rosarita Gagliardi, Maria di Prampero.

## Sunday, October 1st // Magnano in Riviera

### **Seminar - The physiology of deep breath-hold diving**

- 09:30** **Welcome**  
Pietro Enrico di Prampero (Udine, Italy)  
Guido Ferretti (Genève, Switzerland and Brescia, Italy)
- 09:40** **KEYNOTE LECTURES**  
Patrizia Maiorca (Siracusa, Italy): We miss you Dad!  
Mario Costa (Siracusa, Italy): In memory of a Friend. Clinical issues in free breath-hold diving.
- 10:20** **I SESSION - Mechanics of Breathing, Gas Exchange**  
*Chairman Bruno Grassi (Udine, Italy)*  
10:20 Guido Ferretti: The O<sub>2</sub>-CO<sub>2</sub> diagram and breath-hold diving.  
10:40 Dag Linnarsson (Stockholm, Sweden): Apnoea and gas exchange.  
11:00 Uwe Hoffmann (Cologne, Germany): Apnoea during exercise.  
11:20 Igor Mekjavic (Ljubljana, Slovenia): The respiratory response to sudden cold water immersion.
- 11:40** **General Discussion**
- 12:00** **II SESSION - Cardiovascular responses, Energetics of swimming**  
*Chairman Marco Narici (Padova, Italy)*  
12:00 Nazzareno Fagoni (Brescia, Italy): Dynamics of cardiovascular responses during breath-holding.  
12:20 Frédéric Lemaître (Rouen, France): Diving bradycardia.  
12:40 Paola Zamparo (Verona, Italy): Energetics of fin swimming.
- 13:00** **General Discussion**
- 13:20** **LUNCH**
- 14:30** **III SESSION - Historical Notes, Breath-hold diving and the brain**  
*Chairman Guido Ferretti*  
14:30 Introductory remarks by the Chairman  
14:40 Dave Pendergast (Buffalo, USA): Breath-hold diving from AMA to Maiorca: a view from Buffalo.  
15:00 Nicola Sponsiello (Padova, Italy): The brain during breath holding: feeding or fasting?  
15:20 Kay Tetzlaff (Tübingen, Germany): Possible mechanisms of brain injury in deep breath-hold diving.
- 15:40** **General Discussion**
- 16:10** **CONCLUDING REMARKS**  
Guido Ferretti and Pietro Enrico di Prampero
- 16:20** **COFFEE AND END OF THE MEETING**