



La Betaland studia i suoi atleti con SuperOp

Descrizione

La **Betaland Capo d'Orlando** si avvarrà dell'aiuto della strumentazione di **SuperOp**, nuovo partner del club. Frutto dell'esperienza ventennale del professor **Marco De Angelis** dell'Università dell'**Aquila** e di una start-up innovativa con base a **Reggio Emilia**, SuperOp è una proposta sofisticata nell'algoritmo di valutazione della condizione dell'atleta, ma estremamente semplice nell'utilizzo, in grado di risolvere il problema principale di tutti i programmi di preparazione fisica: conoscere la reale condizione di ogni singolo giocatore e somministrargli il programma di allenamento giornaliero più adeguato. È composto da uno sfigmomanometro sottile da polso e di un'app per smartphone, e utilizza un complesso calcolo statistico-matematico che elabora i valori di pressione minima e massima e il battito cardiaco rilevato al mattino prima di alzarsi dal letto: si tratta di tre parametri fortemente legati allo stress metabolico indotto dalle attività di recupero e supercompensazione che seguono un allenamento e che SuperOp elabora per indicare poi il carico di lavoro ottimale per l'allenamento della giornata.

*«Il SuperOp è uno strumento che ci consente di monitorare quotidianamente il “carico interno”, ovvero la condizione di ogni giocatore del nostro roster e migliorare conseguente la programmazione della sua attività fisica – ha commentato **Salvatore Poma** preparatore atletico della Betaland Capo d'Orlando – È uno strumento che ci permetterà di fare ancora un altro piccolo passo avanti in direzione di una pianificazione sempre più precisa degli allenamenti. Ognuno dei giocatori ha in casa un dispositivo attraverso il quale ogni mattina fa una misurazione. Il dispositivo inoltra automaticamente i valori al computer centrale che ordinerà in una scala cromatica la condizione dell'atleta. Ciò darà a noi la possibilità di valutare la reazione al carico di allenamento del giorno prima con lo scopo di avere dei dati sempre più precisi sugli effettivi valori di condizionamento o di stanchezza del singolo giocatore. Il tentativo attraverso l'utilizzo di SuperOp sarà quello di cercare di avvicinarsi alla settimana “perfetta” di ogni atleta, riducendo il rischio di sovraccarico o poco sforzo».*

Categoria

1. Brevi
2. Pallacanestro
3. Serie A Maschile

Data di creazione

10 Febbraio 2017

A
d



default watermark