LONGEVITY SCIENCE
BY IAMIA
International Longevity Science Association

WORKSHOP TEORICO-PRATICO ILSA

ESERCIZIO FISICO & HEALTHY LONGEVITY

FITNESS ANTI-AGING®

27 E 28 MARZO 2026

TECHNOGYM VILLAGE, WELLNESS VALLEY, CESENA

Alfredo Petrosino
Responsabile Tecnico

Massimo Spattini
Responsabile Scientifico

Michael Anzalone

Ciro Di Cristinoio

Caterina Negro

Vincenzo Primitivo

Giorgio Terziani

Silvano Zanuso

TECHNOGYM®

FITNESS ANTI-AGING®

CENTRO STUDI PAF
SCUOLA DI FORMAZIONE E ORGANIZZAZIONE DI EVENTI

PROVIDER & SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

AKESIOS
FORMAZIONE & CONGRESSI GROUP

PROGRAMMA
VENERDI 27 MARZO

9.00 REGISTRAZIONI

9:30 *A. Petrosino*

L'evoluzione del concetto di FITNESS & WELLNESS:
FITNESS ANTI-AGING®

Prospettive innovative dell'esercizio fisico:
Neuro Balance Training

11:15 COFFEE BREAK

11:30 *S. Zanuso e C. Negro*

La valutazione dell'età:
Cronologica, Biologica, funzionale

13.00 LUNCH

14.00 *A. Petrosino*

Neuro Balance Training Master Class

Relax psicofisico

16.00 *S. Zanuso e C. Negro*

Valutazione della forza e della capacità aerobica come predittori dell'età funzionale

18.00 CONCLUSIONE LAVORI

LONGEVITY SCIENCE
International Longevity Science Association

SABATO 28 MARZO

8:30 REGISTRAZIONE PARTECIPANTI

9.00 *A. Petrosino*
Neuro Balance Training Master Class

Relax psicofisico

10.30 *M. Spattini*
Allenamento, nutrizione e nutraceutica per la prevenzione della sarcopenia

11:00 COFFEE BREAK

11:15 *M. Spattini*
Allenamento, nutrizione e nutraceutica per la prevenzione della sarcopenia

12:30 *G. Terziani*
Nutraceutici per l'attività cardiovascolare.

13.00 LUNCH

14.00 *M. Anzalone*
Neuro–Ormonal Balance:
ottimizzare performance, recupero e lucidità.

14.30 *V. Primitivo*
Biohacking e Healthy Longevity

15.00 *C. di Cristino*
La Postura in ottica Healthy Longevity

17.00 *A. Petrosino*
Laboratorio teorico/pratico su esercizio fisico neurocognitivo

18:00 CONCLUSIONE LAVORI

LONGEVITY SCIENCE
International Longevity Science Association

INFO UTILI

SEDE CONGRESSUALE:
Technogym Village - Wellness Valley, Cesena
Via Calcinaro 2861, Cesena

QUOTA DI ISCRIZIONE (Iva inclusa):

		giornata singola
Soci ILSA	**€ 300**	**€ 150**
Iscrizione standard	**€ 350**	**€ 175**

Partecipazione al workshop per manager del settore wellness/fitness, trainer e tutte le professioni sanitarie.

La quota di iscrizione comprende:
- Partecipazione al workshop per le due giornate
- N.' 2 coffee break
- N.' 2 lunch

RELATORI

Dott. **Michael Anzalone** - Specializzato in percorsi fitness, wellness e longevity
Dott. **Ciro di Cristino** - Educatore-Preparatore Fisico-Atletico
Dott. **Caterina Negro** - Biologa Nutrizionista - Personal Trainer
Dott. **Alfredo Petrosino** - Direttore Tecnico del Corso
Dott. **Massimo Spattini** - Direttore Scientifico del Corso
Dott. **Giorgio Terziani** - Imprenditore, Divulgatore scientifico, Pioniere dell'Epigenetica applicata
Dott. **Silvano Zanuso** - Direttore del Dipartimento Scientifico di Technogym

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI:

Sul sito: www.akesios.it/
Via email: info@akesios.it

AKESIOS
FORMAZIONE & CONGRESSI GROUP
www.akesios.it
Via Cremonese, 172, 43126 Parma PR
Tel. +39 0521 647705 - info@akesios.it