

Il programma è stato sviluppato partendo da attività atletica al mattino, per poi proseguire con sessioni formative sul dt1 nel pomeriggio, e terminare la giornata con vari momenti di svago. Le sessioni di approfondimento sul dt1 saranno curate dallo staff medico del Camp, composto da: Dr. Maurizio Sudano, diabetologo (PU), Dr.ssa Maria Assunta Carlucci, diabetologa (PU), Dr.ssa Roberta Assaloni, diabetologa (GO), Dr.ssa Silvana Cum, dietista (GO).

Giovedì 2 ottobre

- H 17.00-19.00 Check-in, consegna materiale e briefing di benvenuto
- H 20.00-21.00 Cena con *carbocounting*
- H 21.15-23.00 Presentazione del Camp 2025 a cura dello staff organizzatore dell'evento, (gruppo C&D Marche): saranno definiti i profili dei partecipanti, i gruppi e le attività.

Venerdì 3 ottobre

- H 7.15-8.15 Colazione con *carbocounting*
- H 8.30-11.30 Ciclisti: sessione atletica (bdc e mtb)
Podisti: cenni di strutturazione allenamenti e, di seguito, sessione atletica
- H 12.30-13.30 Pranzo con *carbocounting*
- H 14.00-14.30 **“Insulinizzazione e attività fisica”** (dr. M. Sudano)
- H 14.30-16.30 **“Algoritmi dei microinfusori e attività fisica”** (dr.ssa Roberta Assaloni e dr.ssa M.A. Carlucci)
- H 16.30-17.00 Break
- H 17.00-18.30 **“Costruisco la mia strategia in funzione della terapia e del mio obiettivo di performance”** (dr. M. Sudano, dr.ssa R. Assaloni, dr.ssa M.A. Carlucci)
- H 18.30-19.00 **“Atleta T1 con microinfusore vs Atleta T1 con penne. Chi vince? Terapie a confronto; punti forti e punti deboli dell'una e dell'altra”** (dibattito)
- H 19.30-20.30 Cena con carbocounting
- H 21.30-23.00 Una serata con **“BIKEITALIA**, dalla biomeccanica alla preparazione atletica”

Sabato 4 ottobre

- H 7.15-8.00 Colazione con *carbocounting*
- H 8.15-12.30 Ciclisti: sessione atletica lunga (bdc e mtb)
Podisti: trasferimento in auto per sessione atletica
- H 13.00-14.00 Pranzo con *carbocounting*
- H 14.30-15.00 **“Analisi di un caso pratico. Fisiologia applicata allo sport di endurance”**
(dr.ssa R. Assaloni e dr.ssa S. Cum)
- H 15.00-16.00 **“Schemi alimentari ed integrazioni ... obiettivo performance”** (dr. M. Sudano e dr.ssa S. Cum)
- H 16.00-16.30 Break
- H 16.30-18.30 **“Prevenzione dell’ipoglicemia o integrazione per la performance?”** (dr. M. Sudano e dr.ssa M.A. Carlucci)
- H 19.30-20.30 Cena con *carbocounting*
- H 21.00-23.00 “The T10 Show”

Domenica 5 Ottobre

- H 7.15-8.15 Colazione con *carbocounting*
- H 8.00-9.00 *Deposito bagagli in sala*
- H 8.30-12.00 Ciclisti: sessione atletica di scarico, bdc e mtb
Podisti: cenni di strutturazione allenamenti e, di seguito, sessione atletica
- H 13.00-14.30 Pranzo con *carbocounting*
- H 14.30-16.00 Conclusione e saluti a cura dello staff !

