



# USINA DEL ARTE

9 y 10 de octubre

## Programa

### AUDITORIO

#### MARTES 9

- 10.00 **Acreditación**
- 10.45 **Bienvenida y Presentación Ciudad Activa**  
MODERACIÓN: Sergio Goycochea

#### MÓDULO 1: Valores Olímpicos

- 11.00 **Del sueño a la consagración**  
**Jennifer Dahlgren** Atleta argentina especializada en lanzamiento de martillo  
**Vanina Oneto** Medallista Olímpica argentina de Las Leonas
- 11.30 **Deportistas que dejan huella**  
**Sebastián Crismanich** Medallista olímpico argentino en taekwondo  
**German Chiaraviglio** Atleta argentino que compete en salto con garrocha
- 12.00 **Cuando hay voluntad, hay mil maneras**  
**Silvio Velo (Murciélagos)** Futbolista no vidente capitán de la Selección Arg. de fútbol para ciegos
- 12.20 **Literatura y deporte**  
**Eduardo Sacheri** Escritor y Profesor de Historia argentino

13.20 **Choque Urbano en el Foier**

#### MÓDULO 2: Bienestar

- 14.00 **Redefinamos lo "rico" y lo "digno"**  
**Narda Lepes** Cocinera y conductora de TV argentina
- 14.30 **Las excusas engordan, el entrenamiento visto desde un punto de vista holístico Integral**  
**Daniel Tangona** Entrenador personal argentino
- 14.50 **Dietas vs hábitos**  
**Lic Laura Romano** Licenciada y creadora de Integral Nutrición
- 15.10 **El cuidado del deportista después del alto rendimiento**  
**Pico Mónaco** Ex tenista profesional argentino

15.40 **Break**

#### MÓDULO 3: Ciencias del Deporte

- 16.30 **Derribando mitos en el entrenamiento Infante Juvenil**  
**Dr. Santiago Kweitel** Especialista en deportología pediátrica
- 16.50 **Deportistas y educación: el fútbol como caso**  
**Dr. Juan Herbella** Ex-futbolista y médico argentino
- 17.10 **¿Por qué comemos lo que comemos?**  
**Lic. Marcia Onzari** Nutricionista y docente
- 17.30 **Entrenadores: de líder a líder**  
**Sergio "Oveja" Hernández** DT del seleccionado argentino de básquet  
**Ariel Holan** DT del C. A. Independiente

#### MIÉRCOLES 10

- 10.00 **Acreditación**
- 10.45 **bienvenida y Presentación Ciudad Activa**  
MODERACIÓN: Julián Weich

#### MÓDULO 1: Integración y Deportes

- 11.30 **No permanecer caídos**  
**Eduardo "Coco" Oderigo (Espartanos)**  
Equipo de rugby del Penal de San Martín
- 11.50 **El mundo por segunda vez**  
**Alexis Padovani** Ex rugbier y coordinador del programa de la UAR "Rugby Seguro"
- 12.10 **El valor del esfuerzo**  
**Marcela "Tigresa" Acuña** Boxeadora campeona mundial
- 12.30 **Run for Art**  
**Novella Calligaris** Medallista olímpica italiana de natación

13.30 **Exhibición de Capoeira en el Foier**

#### MÓDULO 2: Calidad de vida

- 14.00 **Ciudadanos activos**  
**Elisa Forti** Ciudadana activa. Summit Aconcagua
- 14.20 **Cómo crear 900 superhéroes**  
**Gino Tubaro** Inventor y fundador de Atomic Lab
- 14.50 **Corriendo con diabetes**  
**Emanuel Mini** Ciclista Argentino del Team Novo Nordisk
- 15.10 **Atletismo mental**  
**Fabrizio Ballarini** Investigador del Conicet - Neurociencia  
**Andres Rieznik** Investigador del Conincet, Divulgador y Matemago

15.40 **Break**

#### MÓDULO 3: Liderazgo y transformación

- 16.45 **Zumba: un estilo de vida**  
**Beto Pérez** Bailarín y coreógrafo colombiano, creador del sistema de entrenamiento Zumba  
**Jesica Cirio** Embajadora de Zumba en la argentina
- 17.15 **Capitanes: de líder a líder**  
**Juan Pablo Sorín** Ex-futbolista y periodista deportivo argentino  
**Carlos Tevez** Futbolista argentino, campeón olímpico
- 18.00 **Ciudades Activas y Saludables. El rol de los grandes eventos en la promoción del bienestar**  
**Thomas Bach** Presidente del Comité Olímpico Internacional

Entrada gratuita con inscripción previa en [www.f.t.ig/BACiudadActiva](http://www.f.t.ig/BACiudadActiva)

Cupos limitados, el ingreso a los auditorios es por orden de llegada hasta completar capacidad



**USINA DEL ARTE**

9 y 10 de octubre

**Programa**

## ACTIVIDADES

MARTES 9		MIÉRCOLES 10	
11.00 12.30 13.15	<b>Yoga</b> <b>Spinning</b> <b>Spinning</b>	<b>Ritmos</b> <b>Spinning</b> <b>Spinning</b>	
14.00 14.30	<b>Spinning</b> <b>Taller</b> <b>Alimentación</b> <b>saludable</b>	<b>Spinning</b> <b>Taller</b> <b>Alimentación</b> <b>saludable</b>	
15.00 16.00 16.00	<b>Tangona</b> <b>Fitness</b>  <b>Taller</b> <b>¿Sabés qué</b> <b>comer cuando</b> <b>hacés actividad</b> <b>física?</b>	<b>Grupo</b> <b>Capoeira Brasil</b>  <b>Taller</b> <b>¿Sabés qué</b> <b>comer cuando</b> <b>hacés actividad</b> <b>física?</b>	<b>Tangona</b> <b>Fitness</b>
Todo el día	<b>Test de aptitud física</b>		

## CINE

12.40	<b>Contra pelota</b> <b>Ciclos Los Busato</b>
-------	--

## EXPOSICIONES Y MUESTRAS

Todo el día	<b>Costhanzo</b> <b>Studio Harcourt</b> <b>Run for Art</b>
----------------	--

Entrada gratuita con inscripción previa en [www](http://www.baciudadactiva.com) [f](#) [t](#) [@](#) /BACiudadActiva

Cupos limitados, el ingreso a los auditorios es por orden de llegada hasta completar capacidad



**USINA DEL ARTE**

9 y 10 de octubre

**Programa**

## SALA DE CÁMARA

### MIÉRCOLES 10

10.00 **Acreditación**

**MÓDULO 1:**  
Medicina del  
deporte infanto  
juvenil

- 10.45 **Prevención de lesiones según entrenamiento en deportistas adolescentes**  
**Dr. Daniel Ponczosznik** Coordinador médico del área de deportes del Club Atlético Boca Juniors
- 11.00 **Promoción de la actividad física desde el nacimiento a la adolescencia**  
**Dra. Patricia Jáuregui** Médica pediatra especialista en Medicina del deporte en nutrición
- 11.15 **¿Qué hacemos cuando la prevención no alcanza?**  
**Dr. Marcelo Blanco** Médico del Club Atlético River Plate
- 11.30 **¿Qué hacer con un traumatismo de cráneo en campo de juego?**  
**Dr. Marcelo Saco** Director Médico Nacional de la Unión Argentina de Rugby

**MÓDULO 2:**  
Ciencias del  
entrenamiento  
en chicos

- 11.45 **Halterofilia en niños y adolescentes**  
**Lic. Gabriel Lemme** Preparador Físico y especialista en entrenamiento de la fuerza
- 12.00 **La figura del Entrenador. Aportes desde la psicología deportiva**  
**Lic. Belén Pineda** Psicóloga deportiva, miembro de APDA
- 12.15 **Neurociencias y deporte en atletas jóvenes**  
**Lic. Mario Mouche** PF Selección Argentina de Basquet Medalla de Oro JJOO Atenas 2004
- 12.30 **Control del entrenamiento infanto-juvenil**  
**Lic. Jorge Gonzales Guedes** Profesor de Educación Física especializado en Movimiento y preparador físico del ENARD

**MÓDULO 3:**  
Nutrición  
deportiva

- 14.00 **Energía y fluidos para el cerebro y los músculos en el deporte**  
**Dr. Pablo Corinaldesi** Especialista en Medicina del deporte.
- 14.15 **Recuperación nutricional adecuada posterior a un esfuerzo deportivo**  
**Lic. Luciano Spena** Coordinador Area de Nutrición de la Confederacion Argentina de Hockey y Basquet
- 14.30 **La nutrición como medio para prevenir Lesiones Deportivas**  
**Lic. Walter Dzurovcin** Licenciado en Nutrición
- 14.45 **El proceso inflamatorio en la nutrición deportiva. Mitos y realidades**  
**Lic. Federico Cillo** Licenciado en Nutrición, Profesor universitario en Nutrición Deportiva

**MÓDULO 4:**  
Prevención  
de lesiones

- 15.10 **Diagnóstico por imágenes de lesiones musculares. Relación entre el gesto deportivo y el grupo muscular comprometido.**  
**Dr. Agustin Marrero** Médico Especialista en diagnóstico por imágenes
- 15.25 **Longevidad deportiva ¿Qué aporta la traumatología del deporte?**  
**Dr. Gonzalo Gomez** Coordinador médico de Racing Club.
- 15.40 **Actualización terapéutica de las tendinopatías en el deporte**  
**Dr. Miguel Houry** Médico especialista en traumatología deportiva.
- 15.55 **Manejo de las cargas en rehabilitación deportiva. Un concepto multidimensional orientado al deporte.**  
**Lic. Pablo Policastro** Lic. kinesiólogo fisiatra

16.10 **Break**

**MÓDULO 5:**  
Deporte  
de alto  
rendimiento

- 16.25 **¿Cómo evaluamos a los deportistas olímpicos argentinos?**  
**Dr. Enrique Prada** Director Médico del CENARD
- 16.40 **Fisiología y patología del aparato digestivo vinculada a la práctica de actividad física y deportiva**  
**Dr. Luis Parrilla** Médico del CENARD, especialista en medicina del deporte
- 16.55 **Entrenamiento combinado de fuerza y resistencia**  
**MG Claudio Gillone** Dr. en Ciencias del Deporte
- 17.10 **Stress y rendimiento: ¿Por qué es necesaria la intervención "psi" en el deporte?**  
**Lic. Laura Spaccarotella** Licenciada en Psicología UBA, especializada en deporte

**Entrada gratuita con inscripción previa en [www](http://www.baciudadactiva.com) [f](https://www.facebook.com/baciudadactiva) [i](https://www.instagram.com/baciudadactiva) [y](https://www.youtube.com/baciudadactiva) /BACiudadActiva**

Cupos limitados, el ingreso a los auditorios es por orden de llegada hasta completar capacidad