

## PRIMA GIORNATA DI TEST PSICO-FISICI AL SUPERCORSO FEDERALE ACI SPORT

**Attività iniziate a pieno ritmo nell'Autodromo Vallelunga con le valutazioni di Formula Medicine sugli otto partecipanti. Uno studio individuale sui ragazzi prima di iniziare a correre in pista**

Campagnano di Roma, sabato 19 dicembre 2020 - "Via!" alle attività del **Supercorso Federale ACI Sport "Michele Alboreto"**. La 17esima edizione del corso-premio organizzato dalla Scuola Federale "Michele Alboreto" è iniziata di prima mattina all'**Autodromo Vallelunga**. Sveglia presto per gli otto allievi radunati in un briefing iniziale, per alcuni conoscitivo, con gli Istruttori Federali capitanati dal Direttore **Raffaele Giammaria**. Poi subito in palestra dove **Paolo Ferrari, Leonardo Fornaroli, Gabriele Minì, Lorenzo Patrese, Francesco Pizzi, Andrea Rosso, Enzo Trulli e Charlie Wurz** hanno iniziato a sostenere i test psico-fisici secondo le indicazioni della psicologa **Alice Ferrisi** e del preparatore **Alessandro Taffi**, lo staff di **Formula Medicine** storico partner dell'Accademia dell'automobilismo.

Il Day 1 è interamente dedicato all'allenamento e alla valutazione individuale di ciascun pilota fuori dall'abitacolo. I due trainer inviati dal Centro di Medicina dello Sport viareggino, eccellenza italiana specializzata nell'ottimizzazione delle risorse mentali, in particolare nel motorsport, hanno fatto subito sudare i ragazzi con un allenamento fisico in palestra e con esercizi mentali. Il monitoraggio dei parametri fisiologici e della "neural efficiency", attraverso i software sviluppati dalla stessa Formula Medicine, rappresentano infatti da anni un punto chiave all'interno delle maggiori attività della Scuola Federale, in particolare nel Supercorso.

"Il nostro lavoro – spiega la psicologa Alice Ferrisi – punta a stimolare e valutare la reazione di ciascun pilota alle stimolazioni mentali, oltre che fisiche. Attraverso esercizi e attrezzature specializzate, simulando reazioni simili a quelle di gara, siamo in grado di tracciare il comportamento di ognuno, soprattutto nel rapporto tra il risultato ottenuto e lo sforzo fatto. Il massimo risultato con il minimo sforzo mentale dovrebbe essere l'obiettivo di ogni pilota. Per arrivarci serve allenamento, come per la muscolatura fisica. Alcuni allievi ci conoscevano già, per altri è la prima volta, ma abbiamo fatto con tutti un buon lavoro."

A fine giornata si fanno i conti, con lo staff di Formula Medicine che compila le prime pagelle oltre ad un report per ogni allievo. Tutti elementi che serviranno alla Scuola Federale per attribuire i giudizi finali, quindi stabilire al termine delle quattro giornate il vincitore del Supercorso.

L'indomani a partire dalle ore 9.30 gli otto partecipanti scenderanno in pista e si metteranno al volante, divisi nei due gruppi in base alla loro età e categoria di provenienza. Da un lato i PILOTI KARTING inizieranno a famigliarizzare con le Renault Clio Cup 1.6 Turbo di Fast Lane Promotion preparate da Orgeon Team, dall'altra i PILOTI AUTO alla guida delle nuove Formula Regional by Alpine della JD Motorsport.

**www.scuolafederale.acisport.it**  
FB @scuolafederaleacisport  
TWT @scuolaacisport  
INSTAGRAM @scuolafederaleacisport

Ufficio Stampa | Scuola Federale ACI Sport  
Daniele De Bonis  
+39 339 7573991  
[debonis@acisportspa.it](mailto:debonis@acisportspa.it)