

INFORMAZIONI PERSONALI

Antonio La Torre

POSIZIONE RICOPERTA

Professore Associato Confermato con abilitazione scientifica nazionale a P.O. (2018) settore M-EDF/02 Metodi e Didattiche delle Attività Sportive (Settore concorsuale: 06/N2)

 ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Titoli professionali

- 2018- Presidente del Comitato Sportivo dell'Università degli Studi di Milano.
- 2018- Direttore tecnico & scientifico FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera). Componente del Tavolo tecnico, dal giugno 2016, avente il compito di proporre le nuove linee guida per l'attuazione dell'articolo 1, commi 7, lett. g), 20, 33 e 34, legge 13 luglio 2015, n. 107, concernenti l'orientamento, per le istituzioni scolastiche, sulle attività di educazione fisica, motoria e sportiva nelle scuole di ogni ordine e grado (con DM emanato dal Ministro Giannini).
- 2016- Docente di Metodologia dell'Allenamento Scuola dello Sport Nazionale-CONI.
- 2010- Senior Lecturer Worlds Athletics (exIAAF International Association of Athletics Federations).
- 2008- Docente di Educazione Fisica Scuola Secondaria di II Grado.
- 1987-2002 Allenatore personale di Ivano Brugnetti, Campione Olimpico ad Atene 2004, 20 k marcia, Campione Mondiale 50k marcia, Siviglia 1999.
- 1990-2008 Consulente dell'Ufficio di Preparazione Olimpica del CONI, per l'elaborazione , supervisione dei programmi di allenamento e come supporto tecnico-scientifico agli staff tecnici degli sport individuali e di squadra che hanno preso parte ai Giochi Olimpici di Londra 2012
- 2009-2012 Collaboratore della R.A.I. - Direzione programmi Radio 2, per la trasmissioni radiofonica "Catersport" , in qualità di esperto per l'analisi, il commento e la valutazione dei principali eventi sportivi nazionali ed internazionali
- 2000-2008 Consulente della FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera) per l'ideazione, la realizzazione e la responsabilità scientifica dei programmi di allenamento di atleti di "Alto Livello" nelle discipline di endurance.
- 2000-2016

 Titolarità di corsi
didattici

- Dal 2002- al 2024 Teoria e Metodologia dell'Allenamento. Corso di Laurea Triennale Scienze Motorie, Sport e Salute. Università degli Studi di Milano.
- Periodizzazione dell'Allenamento degli Sport Individuali.
- Metodi e Didattiche degli Sport Individuali e di Squadra
- Teoria e Metodologia dell'Allenamento degli Sport Individuali e Discipline Atletiche.
- Metodi di Valutazione delle Capacità Motorie. Corso di Laurea Magistrale Scienza, Tecnica e Didattica dello Sport- Università degli Studi di Milano

- 2011-2013 Direzione del Corso di Perfezionamento di Giornalismo Sportivo - Scuola di Giornalismo "Walter Tobagi" - Università degli Studi di Milano
- 1989-2001 Professore a contratto di Atletica Leggera - ISEF della LOMBARDIA-Università degli Studi di Milano.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 1993 Maitrise UFR-STAPS (Sciences et techniques des activités physiques et sportives), Université de Bourgogne, Dijon- France.
- 1987 Abilitazione all'insegnamento nella scuola secondaria superiore, Milano.
- 1983 Diploma ISEF, Istituto Superiore di Educazione Fisica della Lombardia, Milano.
- 1974 Diploma di Perito elettrotecnico.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre ITALIANA

Altre lingue

	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	C2	C2	C2	C2	C2
Francese	C1	C1	C1	C1	C1

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato
[Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue](#)

Competenze comunicative Ottime competenze comunicative sviluppate in oltre 30 anni di attività didattica e di ricerca in diversi team scientifici e sportivi di altissimo livello.

Competenze organizzative e gestionali Attualmente Direttore Tecnico Nazionale Italiana di Atletica Leggera. Ottime competenze organizzative e gestionali sviluppate in oltre 30 anni di esperienza nella gestione di situazioni sportive complesse come allenatore personale di atleti di altissimo livello e come Advisor del settore Endurance della FIDAL.

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
avanzato	avanzato	avanzato	intermedio	avanzato

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato
[Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione](#)

- Buona padronanza degli strumenti della suite per ufficio (elaboratore di testi, foglio elettronico, software di presentazione).

- Buona padronanza dei sistemi di analisi digitale dell'immagine a scopo di elaborazione scientifica (Kinovea, etc.).

Patente di guida

Patente di guida tipo B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni

174-Cardiorespiratory and metabolic consequences of detraining in endurance athletes.

Barbieri A, Fuk A, Gallo G, Gotti D, Meloni A, La Torre A, Filipas L, Codella R. *Front Physiol.* 2024 Jan 22;14:1334766. doi: 10.3389/fphys.2023.1334766. eCollection 2023. PMID: 38344385 Free PMC article.

173-Inter-Trial Rest Interval Affects Learning Throwing Skills among Adolescents.

Giuriato M, Filipas L, Crociani M, Carnevale Pellino V, Vandoni M, Gallo G, La Torre A, Rossi C, Lovecchio N, Codella R. *J Mot Behav.* 2024;56(2):132-138. doi: 10.1080/00222895.2023.2265869. Epub 2023 Oct 12. PMID: 37828754

172-Beyond the classical periodization: the new frontier of microperiodization for endurance disciplines.

Filipas L, Arrighi T, Meloni A, Codella R, LA Torre A. *J Sports Med Phys Fitness.* 2024 Nov;64(11):1115-1117. doi: 10.23736/S0022-4707.24.15997-X. Epub 2024 Jul 18. PMID: 39023201 No abstract available.

171-Short intermittent taekwondo test to assess athlete's physiological and metabolic profile.

Panasci M, Ferrando V, Pileri A, Pierantozzi E, LA Torre A, Franchini E, Ruggeri P, Bonato M, Faelli E. *J Sports Med Phys Fitness.* 2024 Mar;64(3):255-264. doi: 10.23736/S0022-4707.23.14972-3. Epub 2023 Nov 21.

170- Chronotype, sleep hygiene, and sleep characteristics among athletes of different disciplines.

Borghi S, Bizzozero S, Vitale JA, Tallini E, Corazza F, La Torre A, Banfi G, Codella R. *Int J Sports Med.* 2024 Oct 22. doi: 10.1055/a-2421-9310. Online ahead of print. PMID: 39437989

169-Sleep Characteristics, Magnetic Resonance Imaging- and Dual-Energy X-Ray Absorptiometry-Based Morphological Parameters, Muscle Strength, and Risk of Falls in Sedentary Older Subjects.

Borghi S, La Torre A, Messina C, Sconfienza LM, Banfi G, Vitale JA. *J Aging Phys Act.* 2024 Aug 1:1-8. doi: 10.1123/japa.2023-0330. Online ahead of print.

168-Mitigating against relative age effects in youth Track & Field: Validating corrective adjustment procedures across multiple events.

Brustio PR, Boccia G, Abbott S, La Torre A, Rainoldi A, Cobley S. *J Sci Med Sport.* 2024 Sep;27(9):646-653. doi: 10.1016/j.jsams.2024.05.006. Epub 2024 May 20. PMID: 38880717 Free article.

167-Health-Related Field-Based Fitness Tests: Normative Values for Italian Primary School Children.

Galvani C, Togni F, Puci MV, Vandoni M, Correale L, Codella R, Orizio C, Montomoli C, La Torre A, D'Angelo F, Casolo F. *J Funct Morphol Kinesiol*. 2024 Oct 9;9(4):190. doi: 10.3390/jfmk9040190.PMID: 39449484 Free PMC article.

166-Thermal responses induced by nitrogen and forced convection based partial-body cryostimulation.

De Nardi M, Allemano S, Bisio A, Faelli E, La Torre A, Ruggeri P, Codella R. *J Therm Biol*. 2023 Jul;115:103620. doi: 10.1016/j.jtherbio.2023.103620. Epub 2023 Jun 21.PMID: 37364442 Free article.

165-Partial-body cryostimulation procured performance and perceptual improvements in amateur middle-distance runners.

De Nardi M, Filipas L, Facheris C, Righetti S, Tengattini M, Faelli E, Bisio A, Gallo G, La Torre A, Ruggeri P, Codella R. *PLoS One*. 2023 Nov 22;18(11):e0288700. doi: 10.1371/journal.pone.0288700. eCollection 2023.PMID: 37992064 Free PMC article. Clinical Trial.

164-The influence of anthropometric parameters in track and field curve sprint.

Bonato M, Bizzozero S, Filipas L, LA Torre A. *J Sports Med Phys Fitness*. 2023 Dec;63(12):1254-1261. doi: 10.23736/S0022-4707.23.15056-0. Epub 2023 Aug 3.

163-Mental fatigue changes from regular season to play-offs in semiprofessional soccer: A comparison by training days.

Díaz-García J, Filipas L, La Torre A, Gómez-Rivera J, Rubio-Morales A, García-Calvo T. *Scand J Med Sci Sports*. 2023 May;33(5):712-724. doi: 10.1111/sms.14301. Epub 2023 Jan 14.PMID: 36601789

162-"I RUN CLEAN Project"-An Innovative and Self-Sustainable Approach to Develop Clean Sport Behaviours in Grassroots Athletes.

Codella R, Lucidi F, Alivernini F, Palombi T, Glad B, Gracia J, Gotti D, La Torre A, Chirico A. *Eur J Invest Health Psychol Educ*. 2023 Nov 8;13(11):2561-2573. doi: 10.3390/ejihpe13110178.PMID: 37998068 Free PMC article.

161-Italian status update on physical activity levels, sports, and sedentariness: how should we turn the tide?

LA Torre A, Filipas L, Codella R. *J Sports Med Phys Fitness*. 2023 Dec;63(12):1251-1253. doi: 10.23736/S0022-4707.23.15136-X. Epub 2023 Sep 22.PMID: 37736665 Free article. No abstract available.

160-To Sleep Dreaming Medals: Sleep Characteristics, Napping Behavior, and Sleep-Hygiene Strategies in Elite Track-and-Field Athletes Facing the Olympic Games of Tokyo 2021.

Vitale JA, Borghi S, Piacentini MF, Banfi G, La Torre A. *Int J Sports Physiol Perform*. 2023 Sep 20;18(12):1412-1419. doi: 10.1123/ijsp.2023-0144. Print 2023 Dec 1.PMID: 37730209

159-The Impact of a 14-Day Altitude Training Camp on Olympic-Level Open-Water Swimmers' Sleep.

Vitale JA, Ieno C, Baldassarre R, Bonifazi M, Vitali F, La Torre A, Piacentini MF. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Apr 2;19(7):4253. doi: 10.3390/ijerph19074253.PMID: 35409934 Free PMC article.

158-Anxiety, Motives, and Intention for Physical Activity during the Italian COVID-19 Lockdown: An Observational Longitudinal Study.

Galli F, Giancamilli F, Palombi T, Vitale JA, Borghi S, De Maria A, Cavicchiolo E, Diotaiuti P, La Torre A, Zelli A, Lucidi F, Codella R, Chirico A. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Apr 13;19(8):4689. doi: 10.3390/ijerph19084689.PMID: 35457555 Free PMC article.

157-Incidence of injuries in semi-professional soccer: a six-month retrospective study in the Italian fourth division.

Belli E, Filipas L, LA Torre A, Vitale JA. *J Sports Med Phys Fitness*. 2022 Jul;62(7):938-943. doi: 10.23736/S0022-4707.21.12392-8. Epub 2021 Oct 15.PMID: 34651609

156-The impact of foot angle on lower limb muscles activity during the back squat and counter movement jump.

Rolli F, Vitale JA, Pugliese L, Boccia G, LA Torre A, Pollitt L. *J Sports Med Phys Fitness*. 2022 Jul;62(7):890-897. doi: 10.23736/S0022-4707.21.12588-5. Epub 2021 Sep 9.PMID: 34498821

155-Interrelationship among thigh intermuscular adipose tissue, cross-sectional area, muscle strength, and functional mobility in older subjects.

Borghi S, Bonato M, La Torre A, Banfi G, Vitale JA. *Medicine (Baltimore)*. 2022 Jul 1;101(26):e29744. doi: 10.1097/MD.00000000000029744.PMID: 35777009 Free PMC article.

154-Corrective Adjustment Procedures as a strategy to remove Relative Age Effects: Validation across male and female age-group long jumping.

Brustio PR, Cogley S, Abbott S, La Torre A, Moisé P, Rainoldi A, Boccia G. *J Sci Med Sport*. 2022 Aug;25(8):678-683. doi: 10.1016/j.jsams.2022.04.007. Epub 2022 May 2.PMID: 35644757 Free article.

153-Effects of different stretching methods on vertical jump ability and range of motion in young female artistic gymnastics athletes.

Melocchi I, Filipas L, Lovecchio N, DE Nardi M, LA Torre A, Codella R. *J Sports Med Phys Fitness*. 2021 Apr;61(4):527-533. doi: 10.23736/S0022-4707.20.11386-0. Epub 2020 Oct 22.PMID: 33092331

152-Effectiveness and safety of a thermal insulating coverage on the top of the cryo-cabin during a partial-body cryostimulation.

De Nardi M, Silvani S, Facheris C, Pagnoncelli M, Bisio A, Faelli E, La Torre A, Ruggeri P, Codella R. *J Therm Biol*. 2021 Apr;97:102901. doi: 10.1016/j.jtherbio.2021.102901. Epub 2021 Mar 6.PMID: 33863454 Free article. Clinical Trial.

151-Pacing Profiles of Olympic and IAAF World Championship Long-Distance Runners.

Filipas L, La Torre A, Hanley B. *J Strength Cond Res*. 2021 Apr 1;35(4):1134-1140. doi: 10.1519/JSC.0000000000002873.PMID: 30289868
Pacing profiles of Olympic and International Association of Athletics Federations World Championship long-distance runners. *J Strength Cond Res* 35(4): 1134-1140,

2021-The aim of this study was to analyze the pacing profiles of Olympic and International Association of Athle ...

150-Bilateral Dorsolateral Prefrontal Cortex High-Definition Transcranial Direct-Current Stimulation Improves Time-Trial Performance in Elite Cyclists.

Pollastri L, Gallo G, Zucca M, Filipas L, La Torre A, Riba U, Molino L, Geda E. *Int J Sports Physiol Perform*. 2021 Feb 1;16(2):224-231. doi: 10.1123/ijsp.2019-0910. Epub 2020 Dec 4. PMID: 33276322 Clinical Trial.

149-Effects of mental fatigue on soccer-specific performance in young players.

Filipas L, Borghi S, La Torre A, Smith MR. *Sci Med Footb*. 2021 May;5(2):150-157. doi: 10.1080/24733938.2020.1823012. Epub 2020 Sep 16. PMID: 35077334

148-Warm up and postactivation potentiation: a very topical debate.

Sannicandro I, Belli E, La Torre A. *J Sports Med Phys Fitness*. 2021 Feb;61(2):331-332. doi: 10.23736/S0022-4707.20.11719-5. Epub 2020 Oct 22. PMID: 33092336 No abstract available.

147-Single and Combined Effect of Acute Sleep Restriction and Mental Fatigue on Basketball Free-Throw Performance.

Filipas L, Ferioli D, Banfi G, La Torre A, Vitale JA. *Int J Sports Physiol Perform*. 2021 Mar 1;16(3):415-420. doi: 10.1123/ijsp.2020-0142. Epub 2021 Jan 12. PMID: 33440343 Clinical Trial.

146-Partial-Body Cryostimulation Increases Resting Energy Expenditure in Lean and Obese Women.

De Nardi M, Bisio A, Della Guardia L, Facheris C, Faelli E, La Torre A, Luzi L, Ruggeri P, Codella R. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Apr 14;18(8):4127. doi: 10.3390/ijerph18084127. PMID: 33919703 Free PMC article.

145-Benefits of a 12 week physical activity programme on muscle and bone health in people living with HIV.

Bonato M, Galli L, Bossolasco S, Bertocchi C, Balconi G, Borderi M, Viale P, Pavei G, Merati G, La Torre A, Lazzarin A, Banfi G, Cinque P. *J Cachexia Sarcopenia Muscle*. 2021 Dec;12(6):1613-1616. doi: 10.1002/jcsm.12824. Epub 2021 Oct 1. PMID: 34596347 Free PMC article. No abstract available.

144-Road to Tokyo 2020: has this atypical 5-year Olympic cycle represented an opportunity?

La Torre A, Vitale JA, Codella R, Filipa S L. *J Sports Med Phys Fitness*. 2021 Aug;61(8):1039-1041. doi: 10.23736/S0022-4707.21.12715-X. Epub 2021 Jun 22. PMID: 34156182 Free article. No abstract available.

143-Acute Sleep Restriction Affects Sport-Specific But Not Athletic Performance in Junior Tennis Players.

Vitale JA, Bonato M, Petrucci L, Zucca G, La Torre A, Banfi G. *Int J Sports Physiol Perform*. 2021 Aug 1;16(8):1154-1159. doi: 10.1123/ijsp.2020-0390. Epub 2021 Feb 19. PMID: 33607625 Clinical Trial.

142-The immune-modulatory effects of exercise should be favorably harnessed against COVID-19.

Codella R, Chirico A, Lucidi F, Ferrulli A, La Torre A, Luzi L.J Endocrinol Invest. 2021 May;44(5):1119-1122. doi: 10.1007/s40618-020-01403-5. Epub 2020 Sep 3.PMID: 32885340 Free PMC article. No abstract available.

141-Assessing the External Load Associated With High-Intensity Activities Recorded During Official Basketball Games.

Pernigoni M, Ferioli D, Butautas R, La Torre A, Conte D.Front Psychol. 2021 Apr 13;12:668194. doi: 10.3389/fpsyg.2021.668194. eCollection 2021.PMID: 33927675 Free PMC article.

140-Determining the relationship between load markers and non-contact injuries during the competitive season among professional and semi-professional basketball players.

Ferioli D, La Torre A, Tibiletti E, Dotto A, Rampinini E.Res Sports Med. 2021 May-Jun;29(3):265-276. doi: 10.1080/15438627.2020.1808980. Epub 2020 Aug 19.PMID: 32812787

139-Differences in GPS variables according to playing formations and playing positions in U19 male soccer players.

Borghi S, Colombo D, La Torre A, Banfi G, Bonato M, Vitale JA.Res Sports Med. 2021 May-Jun;29(3):225-239. doi: 10.1080/15438627.2020.1815201. Epub 2020 Sep 3.PMID: 328

138-Response to the letter to the editor regarding the article "A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals". Filipas L, Martin K, Northey JM, La Torre A, Keegan R, Rattray B.J Sci Med Sport. 2021 Dec;24(12):1202-1203. doi: 10.1016/j.jsams.2021.05.012. Epub 2021 May 21.PMID: 34119397 No abstract available.

137-Monitoring Rating of Perceived Exertion Time in Zone: A Novel Method to Quantify Training Load in Elite Open-Water Swimmers?

Ieno C, Baldassarre R, Pennacchi M, La Torre A, Bonifazi M, Piacentini MF.Int J Sports Physiol Perform. 2021 Oct 1;16(10):1551-1555. doi: 10.1123/ijsspp.2020-0707. Epub 2021 Mar 23.PMID: 33761462

136-Are elite track and field athletes on track? The impact of COVID-19 outbreak on sleep behavior and training characteristics.

Vitale JA, Borghi S, Codella R, Lastella M, Nedelec M, Banfi G, La Torre A.Biol Sport. 2021 Oct;38(4):741-751. doi: 10.5114/biol sport.2021.109950. Epub 2021 Oct 16.PMID: 34937986 Free PMC article.

135-To Sleep Dreaming Medals: Sleep Characteristics, Napping Behavior, and Sleep-Hygiene Strategies in Elite Track-and-Field Athletes Facing the Olympic Games of Tokyo 2021.

Vitale JA, Borghi S, Piacentini MF, Banfi G, La Torre A.Int J Sports Physiol Perform. 2023 Sep 20;18(12):1412-1419. doi: 10.1123/ijsspp.2023-0144. Print 2023 Dec 1.PMID: 37730209

134- Effects of visual training in tennis performance in male junior tennis players: a randomized controlled trial.

Bonato M, Gatti C, Rossi C, Merati G, La Torre A.J Sports Med Phys Fitness. 2020

Mar;60(3):493-499. doi: 10.23736/S0022- 4707.19.10218-6. Epub 2019 Dec 5.PMID: 31818055 Clinical Trial.

133- Match Activities in Basketball Games: Comparison Between Different Competitive Levels.

Feroli D, Schelling X, Bosio A, La Torre A, Rucco D, Rampinini E.J Strength Cond Res. 2020 Jan;34(1):172-182. doi: 10.1519/JSC.0000000000003039.PMID: 30741861 Match activities in basketball games: comparison between different competitive levels. J Strength Cond Res 34(1): 172- 182, 2020-

132- Are two different speed endurance training protocols able to affect the concentration of serum cortisol in response to a shuttle run test in soccer players?

Vitale JA, Povia V, Belli E, Lombardi G, Banfi G, La Torre A.Res Sports Med. 2020 Apr-Jun;28(2):293-301. doi: 10.1080/15438627.2019.1635131. Epub 2019 Jun 25.PMID: 31238755

131-A Mobile Application for Exercise Intervention in People Living with HIV.

Bonato M, Turrini F, DE Zan V, Meloni A, Plebani M, Brambilla E, Giordani A, Vitobello C, Caccia R, Piacentini MF, LA Torre A, Lazzarin A, Merati G, Galli L, Cinque P.Med Sci Sports Exerc. 2020 Feb;52(2):425-433. doi: 10.1249/MSS.0000000000002125.PMID: 31415448 Clinical Trial.

130-A 4-week endurance training program improves tolerance to mental exertion in untrained individuals.

Filipas L, Martin K, Northey JM, La Torre A, Keegan R, Rattray B.J Sci Med Sport. 2020 Dec;23(12):1215-1219. doi: 10.1016/j.jsams.2020.04.020. Epub 2020 May 4.PMID: 32456979

129- School self-efficacy is affected by gender and motor skills: findings from an Italian study.

Codella R, Puci MV, Vandoni M, Correale L, Galvani C, Togni F, Casolo F, Passi A, Orizio C, Alberti G, Esposito F, Montomoli C, La Torre A.PeerJ. 2020 Apr 29;8:e8949. doi: 10.7717/peerj.8949. eCollection 2020.PMID: 32377447 Free PMC article.

128- Bilateral Dorsolateral Prefrontal Cortex High-Definition Transcranial Direct-Current Stimulation Improves Time-Trial Performance in Elite Cyclists.

Pollastri L, Gallo G, Zucca M, Filipas L, La Torre A, Riba U, Molino L, Geda E.Int J Sports Physiol Perform. 2020 Dec 4:1-8. doi: 10.1123/ijsspp.2019-0910. Online ahead of print.PMID: 33276322

127- Combined Effect of Number of Players and Dribbling on Game-Based-Drill Demands in Basketball.

Feroli D, Rucco D, Rampinini E, La Torre A, Manfredi MM, Conte D.Int J Sports Physiol Perform. 2020 Feb 28;15(6):825-832. doi: 10.1123/ijsspp.2019-0645. Print 2020 Jul 1.PMID: 32109883 Clinical Trial.

126- Warm up and postactivation potentiation (PAP): a very topical debate.

Sannicandro I, Belli E, La Torre A.J Sports Med Phys Fitness. 2020 Oct 22. doi: 10.23736/S0022-4707.20.11719-5. Online ahead of print.PMID: 33092336 No abstract available.

125- Seasonal changes in physical capacities of basketball players according to competitive levels and individual responses. Ferioli D, Bosio A, Zois J, La Torre A, Rampinini E. *PLoS One*. 2020 Mar 19;15(3):e0230558. doi: 10.1371/journal.pone.0230558. eCollection 2020. PMID: 32191740 Free PMC article.

124-Chirico A, Lucidi F, Galli F, Giancamilli F, Vitale J, Borghi S, La Torre A, Codella R. *Front Psychol*. 2020 Aug 21;11:2100. doi: 10.3389/fpsyg.2020.02100. eCollection 2020. PMID: 32973631 Free PMC article.

123- Effects of Ball Drills and Repeated-Sprint-Ability Training in Basketball Players.
Maggioni MA, Bonato M, Stahn A, La Torre A, Agnello L, Vernillo G, Castagna C, Merati G. *Int J Sports Physiol Perform*. 2019 Jul 1;14(6):757-764. doi: 10.1123/ijsp.2018-0433.

122- Outdoor physical activity bears multiple benefits to health and society.
Manferdelli G, La Torre A, Codella R. *J Sports Med Phys Fitness*. 2019 May;59(5):868-879. doi: 10.23736/S0022- 4707.18.08771-6

121-A 9-month multidisciplinary rehabilitation protocol based on early postoperative mobilization following a chronic- degenerative patellar tendon rupture in a professional soccer player.
Vitale JA, Banfi G, Belli E, Negrini F, La Torre A. *Eur J Phys Rehabil Med*. 2019 Oct;55(5):676-681. doi: 10.23736/S1973- 9087.18.05479-5

120-Heart Rate Variability in Sport Performance: Do Time of Day and Chronotype Play A Role? Vitale JA, Bonato M, La Torre A, Banfi G. *J Clin Med*. 2019 May 21;8(5):723. doi: 119-3390/jcm8050723.

119-Physical and technical demands of elite beach volleyball according to playing position and gender.
Natali S, Ferioli D, La Torre A, Bonato M. *J Sports Med Phys Fitness*. 2019 Jan;59(1):6-9. doi: 10.23736/S0022-4707.17.079725. Epub 2017 Dec 1.

118- Athletes' rest-activity circadian rhythm differs in accordance with the sport discipline.
Vitale JA, Banfi G, Sias M, La Torre A. *Chronobiol Int*. 2019 Apr;36(4):578-586. doi: 10.1080/07420528.2019.1569673. Epub 2019 Feb 14.

117- Effects of Flywheel Strength Training on the Running Economy of Recreational Endurance Runners.
Festa L, Tarperi C, Skroce K, Boccia G, Lippi G, La Torre A, Schena F. *J Strength Cond Res*. 2019 Mar;33(3):684-690. doi: 10.1519/JSC.0000000000002973

116- Local cryostimulation acutely preserves maximum isometric handgrip strength following fatigue in young women. De Nardi M, Silvani S, Ruggeri P, Luzi L, La Torre A, Codella R. *Cryobiology*. 2019 Apr;87:40-46. doi: 10.1016/j.cryobiol.2019.03.002. Epub 2019 Mar 9.

- 115- The Role of the Molecular Clock in Promoting Skeletal Muscle Growth and Protecting against Sarcopenia. Vitale JA, Bonato M, La Torre A, Banfi G. *Int J Mol Sci*. 2019 Sep 3;20(17):4318. doi: 10.3390/ijms20174318.
- 114-An Italian Campaign to Promote Anti-doping Culture in High-School Students. Codella R, Glad B, Luzi L, La Torre A. *Front Psychol*. 2019 Mar 11;10:534. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00534. eCollection 2019. PMID: 30915010 Free PMC article.
- 113- Mental fatigue impairs time trial performance in sub-elite under 23 cyclists. Filipas L, Gallo G, Pollastri L, La Torre A. *PLoS One*. 2019 Jun 17;14(6):e0218405. doi: 10.1371/journal.pone.0218405. eCollection 2019.
- 112- The Role of Technology in Adherence to Physical Activity Programs in Patients with Chronic Diseases Experiencing Fatigue: a Systematic Review. Albergoni A, Hettinga FJ, La Torre A, Bonato M, Sartor F. *Sports Med Open*. 2019 Sep 12;5(1):41. doi: 10.1186/s40798-019- 0214-z.
- 111- New On-Water Test for the Assessment of Blood Lactate Response to Exercise in Elite Kayakers. Pilotto AM, Rasica L, Scalise G, Annoni S, LA Torre A, Marzorati M, Porcelli S. *Med Sci Sports Exerc*. 2019 Dec;51(12):2595- 2602. doi: 10.1249/MSS.0000000000002077.
- 110- Peripheral Muscle Function During Repeated Changes of Direction in Basketball. Ferioli D, Rampinini E, Bosio A, La Torre A, Maffiuletti NA. *Int J Sports Physiol Perform*. 2019 May 23;14(6):739-746. doi: 10.1123/ijsspp.2018-0366.
- 109- Acute sleep hygiene strategy improves objective sleep latency following a late-evening soccer-specific training session: A randomized controlled trial. Vitale JA, La Torre A, Banfi G, Bonato M. *J Sports Sci*. 2019 Dec;37(23):2711-2719. doi: 10.1080/02640414.2019.1661938 16-If RAR's acrophase is influenced by the sport discipline, how actigraphy-based sleep parameters vary in triathlon, volleyball and soccer athletes? Vitale JA, La Torre A, Banfi G. *Chronobiol Int*. 2019 Jun;36(6):735-738. doi: 10.1080/07420528.2019.1594246. Epub 2019 Apr 5.
- 108- Effect of a Night Game on Actigraphy-Based Sleep Quality and Perceived Recovery in Top-Level Volleyball Athletes. Vitale JA, Banfi G, Galbiati A, Ferini-Strambi L, La Torre A. *Int J Sports Physiol Perform*. 2019 Feb 1;14(2):265-269. doi: 10.1123/ijsspp.2018-019
- 107- Do the Fastest Open-Water Swimmers have A Higher Speed in Middle- and Long-Distance Pool Swimming Events? Baldassarre R, Pennacchi M, La Torre A, Bonifazi M, Piacentini MF. *J Funct Morphol Kinesiol*. 2019 Mar 20;4(1):15. doi: 10.3390/jfmk4010015.
- 106- Level- and sport-specific Star Excursion Balance Test performance in female volleyball players. Vitale JA, Vitale ND, Cavaleri L, Dazzan E, Lombardi G, Mascagni P, La Torre A, Banfi G. *J Sports Med Phys Fitness*. 2019 May;59(5):733-742. doi: 10.23736/S0022-

4707.18.08691-7

105 Match analysis in Rugby Union: performance indicators of Rugby Championship and Super Rugby teams.

Sella FS, McMaster DT, Serpiello FR, La Torre A. J Sports Med Phys Fitness. 2019 Aug;59(8):1306-1310. doi: 10.23736/S0022-4707.18.08448-7.

104- Bonato M., Castagna C, Vernillo G., Merati GP., La Torre A, Maggioni M.
"Effects of ball-drills and repeated sprint ability training in basketball players" / "
 International Journal of Sports Physiology and Performance
 © 2018 Human Kinetics, Inc. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2017-0434>

103- Jacopo Antonino Vitale, Giuseppe Banfi, Antonio La Torre, Matteo Bonato
"Effect of a habitual late-evening physical task on sleep quality in neither-type soccer players"
 published in Frontiers in Physiology, section Exercise Physiology.

102- L. Festa, C. Tarperi, K. Skroce, G. Boccia, G. Lippi, A. La Torre, F. Schena
"Effects of fly wheels strength training on the running economy of recreational endurance runners"
 Journ Strength Cond Res, novembre 2018

101- Jacopo Antonino Vitale, Giuseppe Banfi, Antonio La Torre, Matteo Bonato,
"Effects of a Habitual Late-Evening Physical Task on Sleep Quality in Neither Type"
 Front. Physiol. BRIEF REPORT, published: 06 Novembre 2018
 doi:10.3389/fphys.2018.01582

100- Davide Ferioli, Andrea Bosio, Johann C. Bilsborough, Antonio La Torre, Michele Tornaghi, Ermanno Rampinini
"Peripheral muscle function during repeated changes of direction in basketball."
 International Journal of Sports Physiology and Performance
 © 2018 Human Kinetics, Inc. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2017-0434>

99- Antonio La Torre, Marco Tengattini, Giorgio Manferdelli, Adolfo Rotta, Dino Ponchio and Roberto Codella
"Lotta al Doping: an Italian AntiDoping campaign."
 NSA (New Studies in Athletics) 32-1/2, 107-112, 2017

98- Sella FS, McMaster DT, Serpiello FR, La Torre A.
"Match analysis in Rugby Union: performance indicators of rugby championship and Super Rugby teams."
 J Sports Med Phys Fitness. 2018 Oct 10. doi: 10.23736/S0022-4707.18.08448-7.
 [Epub ahead of print] PMID: 30317834

97- Vitale JA, Vitale ND, Cavaleri L, Dazzan E, Lombardi G, Mascagni P, La Torre A, Banfi G.
"Level- and sport-specific Star Excursion Balance Test performance in female volleyball"

play”

J Sports Med Phys Fitness. 2018 Oct 10. doi: 10.23736/S0022-4707.18.08691-7. [Epub ahead of print] PMID: 30317834

96-Vandoni M, Correale L, Puci MV, Galvani C, Codella R, Togni F, La Torre A, Casolo F, Passi A, Orizio C, Montomoli C.

“Six minute walk distance and reference values in healthy Italian children: A cross-sectional study.”

PLoS One. 2018 Oct 15;13(10):e0205792. doi: 10.1371/journal.pone.0205792. eCollection 2018. PMID: 30321226

95- S. Rampichini, E. Limonta, L. Pugliese, E. Cè, A.V. Bisconti, A. Gianfelici, A. La Torre, F. Esposito.

“Heart rate and pulmonary oxygen uptake response in professional badminton players: comparison between on-court game simulation and laboratory exercise testing /”

European Journal of Applied Physiology <https://doi.org/10.1007/s00421-018-3960-6> (2018 Aug 18). [Epub ahead of print]

94-Gennaro Boccia, Paolo R Brustio; Paolo Moisè; Alberto Franceschi; Antonio La Torre; Federico Schena; Alberto Rainoldi; Marco Cardinale

“Elite national athletes reach their peak performance later than non-elite in sprints and throwing-events”

Journal of Science and Medicine in Sport- JSAMS-D-18-00231R2

93- Luca Filipas, Antonio LA TORRE , Brian Hanley

“Pacing profiles of Olympic and IAAF World Championship long distance runners”

Journal Strength & Conditioning Research 2018

92- Giorgio Manferdelli, Antonio LA TORRE , Roberto Codella

“Outdoor physical activity bears multiple benefits to health and society”

The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness 2018

91- Filipas Luca, Mottola Francesca, Tagliabue Gaia, La Torre Antonio

“ The effect of mentally demanding cognitive tasks on rowing performance in young athletes ”

Psychology of Sport & Exercise <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.002>

90- Jacopo Antonino Vitale, Luigi Strambi Ferini, Giuseppe Banfi & Antonio La Torre

“Effect of night-game on actigraphy-based sleep quality and perceived recovery in top-level volleyball athletes.”

Int J Sports Physiol Perform[Epub ahead of print] PMID:29745743

89-Jacopo Antonino Vitale, Valerio Povia, Nicolò Danilo Vitale, Tito Bassani, Giovanni Lombardi, Luca Giacomelli, Giuseppe Banfi & Antonio La Torre

“The effect of two different speed endurance training protocols on a multiple shuttle run

performance in young elite male soccer players”

Research in Sports Medicine-<https://doi.org/10.1080/15438627.2018.1492402>

88-J. Vitale, F. Devetag, S. Colnago, A. La Torre

“Effect of mattress on actigraphy-based sleep quality and perceived recovery in top-level athletes: a randomized, double-blind, controlled trial”

Biological Rhythm Research -<https://doi.org/10.1080/09291016.2018.1490864>

87- Maggioni MA, Bonato M, Stahn A, La Torre A, Agnello L, Vernillo G, Castagna C, Merati G. Effects

of ball-drills versus repeated sprint ability training in basketball players. A randomized controlled

trial. Int J Sports Physiol Perform 2018: in press

86- Bonato M, Merati G, La Torre A, Gatti C, Rossi C. Effects of visual training in junior tennis

players. A randomized controlled study. JSAMS 2018. In press

85- Filipas Luca, Nerli Ballati Emiliano, Bonato Matteo, La Torre Antonio¹, Piacentini Maria Francesca-“Elite male and female 800-m runners display different pacing strategies during seasons best performances”- Int J Sports Physiol Perform. 2018 May 10;1-20. doi: 10.1123/ijspp.2018-0137. [Epub ahead of print]PMID:29745743

84- Boccia G, , La Torre A, Rainoldi A, Schena F, “ Women show similar central and peripheral fatigue to men after half-marathon “ EJSS The DOI of your paper is:10.1080/17461391.2018.1442500.<https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1442500>

83-Jacopo Antonino Vitale, Antonio La Torre, Giuseppe Banfi, Matteo Bonato, -“Effects of an 8-weeks body-weight neuromuscular training on dynamic-balance and vertical jump performances in elite junior skiing athletes: a randomized controlled trial.”- Journal Strength & Conditioning Research

82 Sansoni V, Perego S, Vernillo G, Barbuti A, Merati G, La Torre A, Banfi G, Lombardi G-“Effects of repeated sprints training on fracture risk-associated miRNA.”- Oncotarget. 2018 Apr 6;9(26):18029-18040. doi: 10.18632/oncotarget.24707. eCollection 2018 Apr 6. PMID:29719588

81-Feroli D, Rampinini E, Bosio A, La Torre A, Azzolini M, Coutts AJ.-” The physical profile of adult male basketball players: Differences between competitive levels and playing positions.”- J Sports Sci. 2018 Apr 26;1-8. doi: 10.1080/02640414.2018.1469241. [Epub ahead of print]PMID:29697296

80- Bosio Giulia, Lovecchio Nicola, La Torre Antonio, Arcolin Federica-“Anthropometric characteristic and running parameters: speed performance of Children “- Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), 17(4), Art 299, pp. 2618 - 2621, 2017online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 - 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES

79- Gianluca Vernillo , Luca Agnello, Andrea Meloni, Giampiero Merati, Antonio La Torre, Matteo Bonato- “EFFECT OF REPEATED-SPRINTS ON THE RELIABILITY OF SHORT-TERM PARASYMPATHETIC REACTIVATION”- Plos One. PONE-D-17-37589R1

78-Aldo Savoldelli, Alessandro Fornasiero, Pietro Trabucchi, Eloisa Limonta, Antonio La Torre, Francis Degache, Barbara Pellegrini, Gregoire P. Millet, Gianluca Vernillo, Federico Schena- “The energetics during the world’s most challenging Mountain Ultra-Marathon - a case study at the Tor des Geants®” CASE REPORT ARTICLE- Front. Physiol. | doi: 10.3389/fphys.2017.01003

77-Davide Ferioli, Andrea Bosio, Johann C. Bilsborough, Antonio La Torre, Michele Tornaghi, Ermanno Rampinini- “The preparation period in basketball: training load and neuromuscular -adaptations”- International Journal of Sports Physiology and Performance© 2018 Human Kinetics, Inc. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2017-0434>

76- Lorenzo Pugliese, Simone Porcelli , Alessandra Vezzoli , Antonio La Torre, Fabio R. Serpiello, Gaspare Pavei and Mauro Marzorati - “Different Training Modalities Improve Energy Cost and Performance in Master Runners”-Front. Physiol. ORIGINAL RESEARCH published: xx January 2018 doi:10.3389/fphys.2018.00021

75- Bonato M., Benis R., La Torre A. - “Neuromuscular training reduces lower limb injuries in elite female basketball players. A randomized controlled trial”- Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports

74-Vitale, Jacopo- Lombardi, Giovanni, Cavaleri, Luca, Graziani, Rosa, Schoenhuber, Herbert, La Torre, Antonio, Banfi , Giovanni- “Rates of insufficiency and deficiency of Vitamin D levels in elite professional male and female skiers: a chronobiologic approach”- CHRONOBIOLOGY INTERNATIONAL 2017, <https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1410828>

73 - S. Natali, D. Ferioli, A. La Torre, M. Bonato - “Physical and technical demands of elite beach volleyball according to playing position and gender.” -The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness e registrato con il numero 7972

72- Jacopo Antonino Vitale, Antonio La Torre, Roberto Baldassare, Maria Francesca Piacentini and Matteo Bonato.- “Ratings of perceived exertion and self-reported mood state in response to High Intensity Interval Training. A crossover study on the effect of chronotype.” Frontiers in Psychology-Quantitative Psychology and Measurement

71 Luca FILIPAS , Antonio LA TORRE , Paolo MENASPÀ , Hedda GIORGI- “Achieving Grand Tour success. A pilot study using cycling's World Tour points.” -The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness 2017 Jul 053-DOI:10.23736/S0022-4707.17.07526-0

70- Panasci M, Lepers R, La Torre A, Bonato M, Assadi H.- “Physiological responses during intermittent running exercise differ between outdoor and treadmill running.”-Appl Physiol Nutr Metab. 2017 May 26. doi: 10.1139/apnm-2017-0132. [Epub ahead of print] PMID: 28549220

- 69- Boccia G, Dardanella D, Tarperi C, Festa L, La Torre A, Pellegrini B, Schena F, Rainoldi A. "Fatigue-induced dissociation between rate of force development and maximal force across repeated rapid contractions." *Hum Mov Sci.* 2017 Jun 5;54:267-275. doi: 10.1016/j.humov.2017.05.016. [Epub ahead of print] PMID:28595134
- 68- Bonato M, Agnello L, Galasso L, Montaruli A, Roveda E, Merati G, La Torre A, Vitale JA. - "Acute Modification of Cardiac Autonomic Function of High-Intensity Interval Training in Collegiate Male Soccer Players with Different Chronotype: A Cross-Over Study." - *J Sports Sci Med.* 2017 Jun 1;16(2):286-294. eCollection 2017 Jun. PMID:28630583 Free PMC Article
- 67- Matteo Bonato, Antonio La Torre, Marina Saresella, Ivana Marventano, Giampiero Merati & Jacopo Antonino Vitale, - "Salivary cortisol concentration after high-intensity interval exercise: Time of day and chronotype effect" - *CHRONOBIOLOGY INTERNATIONAL* 2017, DOI:10.1080/07420528.2017.1311336
- 66- Demands of World Cup Competitions in Elite Women Road Cycling. - Menaspà P, Sias M, Bates G, La Torre A. - *Int J Sports Physiol Perform.* 2017 Mar 2;1-14. doi: 10.1123/ijsp.2016-0588. [Epub ahead of print] - PMID: 28253040
- 65- Decrease of muscle fiber conduction velocity correlates with strength loss after an endurance run. - Boccia G, Dardanella D, Tarperi C, Rosso V, Festa L, La Torre A, Pellegrini B, Schena F, Rainoldi A. - *Physiol Meas.* 2017 Jan 18;38(2):233-240. doi: 10.1088/1361-6579/aa5139. [Epub ahead of print] PMID:28099172
- 64- Different training loads partially influence physiological responses to preparation period in basketball. - Ferioli D, Bosio A, La Torre A, Carlomagno D, Connolly DR, Rampinini E. - *J Strength Cond Res.* 2017 Jan 30. doi: 10.1519/JSC.0000000000001823. [Epub ahead of print] PMID:28146032
- 63- Career Performance Trajectories in Track and Field Jumping Events from Youth to Senior Success: The Importance of Learning and Development. - Boccia G, Moisé P, Franceschi A, Trova F, Panero D, La Torre A, Rainoldi A, Schena F, Cardinale M. - *PLoS One.* 2017 Jan 27;12(1):e0170744. doi: 10.1371/journal.pone.0170744 PMID: 28129370
- 62- Sleep quality and high intensity interval training at two different times of day: A crossover study on the influence of the chronotype in male collegiate soccer players. - Vitale JA, Bonato M, Galasso L, La Torre A, Merati G, Montaruli A, Roveda E, Carandente F. *Chronobiol Int.* 2017;34(2):260-268. doi: 10.1080/07420528.2016.1256301. PMID: 27906554
- 61- A pilot study of brisk walking in sedentary combination antiretroviral treatment (cART)- treated patients: benefit on soluble and cell inflammatory markers. - Bonato M, Galli L, Passeri L, Longo V, Pavei G, Bossolasco S, Bertocchi C, Cernuschi M, Balconi G, Merati G, Lazzarin A, La Torre A, Cinque P. - *BMC Infect Dis.* 2017 Jan 11;17(1):61. doi: 10.1186/s12879-016-2095-9. PMID:28077069 Free PMC Article
- 60- Plasminogen activator inhibitor-1 as a marker of cardiovascular response in professional mountain ultra-marathon runners. - Lombardi G, Vernillo G, Sansoni V, Perego S, Barbuti A, Merati G, Schena F, Banfi G, La Torre A. - *Clin Chem Lab Med.* 2017 Jan

1;55(1):e7-e9. doi: 10.1515/cclm-2016-0295. No abstract available. PMID:27276530

59- A 45-Second Self-Test for Cardiorespiratory Fitness: Heart Rate-Based Estimation in Healthy Individuals.- F. Sartor, M. Bonato, G. Papini,3, A. Bosio, R. A. Mohammed,A. G. Bonomi, J. P. Moore, G. Merati, A. La Torre, H.P. Kubis PLoS One. 2016 Dec 13;11(12):e0168154. doi: 10.1371/journal.pone.0168154.PMID:27959935

58-Elite Female Basketball Players' Body-Weight Neuromuscular Training and Performance on the Y-Balance Test.-Benis R, Bonato M, La Torre A.-J Athl Train. 2016 Sep;51(9):688-695. PMID: 27824252 doi: 10.4085/1062-6050-51.12.0

57-An Extreme Mountain Ultra-Marathon Decreases the Cost of Uphill Walking and Running.-Vernillo G, Savoldelli A, Skafidas S, Zignoli A, La Torre A, Pellegrini B, Giardini G, Trabucchi P, Millet GP, Schena F.- Front Physiol. 2016 Nov 8;7:530.PMID:27877137

56- Anterior cruciate ligament injury profile in Italian Serie A1-A2 women's volleyball league.-Devetag F, Mazzilli M, Benis R, La Torre A, Bonato M.- J Sports Med Phys Fitness. 2016 Oct 28. [Epub ahead of print] PMID: 27792220.

55- The role of lower limbs during tennis serve.-Dossena F, Rossi C, La Torre A, Bonato M.- J Sports Med Phys Fitness. 2016 Oct 28. [Epub ahead of print] PMID:27792219

54-Anterior cruciate ligament injury profile in female elite Italian basketball league.- Benis R, LA Torre A, Bonato M.-J Sports Med Phys Fitness. 2016 Oct 28. [Epub ahead of print] PMID: 27792218

53- Influence of competition day on cognitive control and HRV in young male gymnasts. Sartor F, Capuzzoni S, Rospo G, La Torre A, Vailati F, Vailati E. J Strength Cond Res. 2016 Sep 21. [Epub ahead of print] PMID: 27669188- DOI: 10.1519/JSC.0000000000001652

52- Effects of a Short-Term High-Nitrate Diet on Exercise Performance. Porcelli S, Pugliese L, Rejc E, Pavei G, Bonato M, Montorsi M, La Torre A, Rasica L, Marzorati M. Nutrients. 2016 Aug 31;8(9). pii: E534. PMID: 27589795 DOI:10.3390/nu8090534

51- Bone turnover response is linked to both acute and established metabolic changes in ultra-marathon runners. Sansoni V, Vernillo G, Perego S, Barbuti A, Merati G, Schena F, La Torre A, Banfi G, Lombardi G. Endocrine. 2016 Jul 15. [Epub ahead of print]PMID:27422791

50-Cardiorespiratory Improvements Achieved by American College of Sports Medicine's Exercise Prescription Implemented on a Mobile App. Rospo G, Valsecchi V, Bonomi AG, Thomassen IW, van Dantzig S, La Torre A, Sartor F. JMIR Mhealth Uhealth. 2016 Jun 23;4(2):e77. doi: 10.2196/mhealth.5518. PMID:27339153

49- Are the World Junior Championship Finalists for Middle and Long-Distance Events Currently Competing at International Level? Pizzuto F, Bonato M, Vernillo G, La Torre A, Piacentini MF. Int J Sports Physiol Perform. 2016 Jun 13. [Epub ahead of print] PMID: 27294320

48 -Plasminogen activator inhibitor-1 as a marker of cardiovascular response in professional mountain ultra-marathon runners. Lombardi G, Vernillo G, Sansoni V, Perego S, Barbuti A, Merati G, Schena F, Banfi G, La Torre A. Clin Chem Lab Med. 2016 Jun 8. pii: /j/cclm.ahead-of-print/cclm-2016-0295/cclm-2016-0295.xml. doi: 10.1515/cclm-2016-0295. [Epub ahead of print] No abstract available.

47 - Injury and Illness Rates During Ultratrail Running. Vernillo G, Savoldelli A, La Torre A, Skafidas S, Bortolan L, Schena F. Int J Sports Med. 2016 Apr 26. [Epub ahead of print PMID:27116340] DOI: 10.1055/s-0035-1569347

46- Hand grip strength and anthropometric characteristics in Italian female national basketball teams. Pizzigalli L, Micheletti Cremasco M, La Torre A, Rainoldi A, Benis R. J Sports Med Phys Fitness. 2016 Mar 9. [Epub ahead of print] PMID:26959872

45-Physical Attributes and NFL Combine Performance Tests between Italian National League and American Football Players: A Comparative Study.
Vitale JA, Caumo A, Roveda E, Montaruli A, La Torre A, Battaglini CL, Carandente F. J Strength Cond Res. 2016 Feb 12. [Epub ahead of print] PMID:26890970

44-Acute effects of whole-body cryotherapy on sit-and-reach amplitude in women and men.
De Nardi M, La Torre A, Benis R, Sarabon N, Fonda B. Cryobiology. 2015 Oct 26. pii: S0011-2240(15)00398-3. doi: 10.1016/j.cryobiol.2015.10.148. [Epub ahead of print] PMID:26515297 Similar articles

43- Postexercise autonomic function after repeated-sprints training.
Vernillo G, Agnello L, Barbuti A, Di Meco S, Lombardi G, Merati G, La Torre A. Eur J Appl Physiol. 2015 Jul 28. [Epub ahead of print] PMID: 26215172

42- Adropin and apelin fluctuations throughout a season in professional soccer players: Are they related with performance?
Sanchis-Gomar F, Alis R, Rampinini E, Bosio A, Ferioli D, La Torre A, Xu J, Sansoni V, Perego S, Romagnoli M, Lombardi G. Peptides. 2015 May 13. pii: S0196-9781(15)00146-1. doi: 10.1016/j.peptides.2015.05.001. [Epub ahead of print]- PMID:25981336

41- Association between physical fitness and mean platelet volume in professional soccer players.
Alis R, Sanchis-Gomar F, Ferioli D, La Torre A, Bosio A, Xu J, Lombardi G, Romagnoli M, Rampinini E. Clin Chem Lab Med. 2015 Apr 14. pii: /j/cclm.ahead-of-print/cclm-2014-1275/cclm-2014-1275.xml. doi: 10.1515/cclm-2014-1275. [Epub ahead of print] No abstract available. PMID:25870966

40- Energy cost and kinematics of level, uphill and downhill running: fatigue-induced changes after a mountain ultramarathon.

Vernillo G, Savoldelli A, Zignoli A, Skafidas S, Fornasiero A, La Torre A, Bortolan L, Pellegrini B, Schena F. J Sports Sci. 2015 Mar 9;1-8. [Epub ahead of print] PMID:25751128 [PubMed - as supplied by publisher]

39- Effects of Manipulating Volume and Intensity Training in Masters Swimmers.

Pugliese L, Porcelli S, Bonato M, Pavei G, La Torre A, Maggioni MA, Bellistri G, Marzorati M.

Int J Sports Physiol Perform. 2015 Feb 24. [Epub ahead of print] PMID:25710182[PubMed - as supplied by publisher]

38- Rafael Alis *, Fabian Sanchis-Gomar , Davide Ferioli , Antonio La Torre , Andrea Bosio ,Jincheng Xu , Giovanni Lombardi , Marco Romagnoli and Ermanno Rampinini -

“Association between physical fitness and mean platelet volume in professional soccer players”- Clin Chem Lab Med 2015; x(x): xxx-xxx-DOI 10.1515/cclm-2014-1275-Received December 24 , 2014 ; accepted January 8 , 2015

37-Alis R., Sanchis-Gomar F., Ferioli D., La Torre A., Blesa J-R., Romagnoli M."Exercise

effects on erythrocyte deformability in exercise-induced arterial hypoxemia." Int J Sports Med. 2014 Nov 27. [Epub ahead of print] PMID: 25429547 [PubMed - as supplied by publisher]. DOI: 10.1055/s-0034-1394395-ISSN 0172-4622

36- “Training Diaries during Altitude Training Camp in Two Olympic Champions: An Observational Case Study.”-Pugliese L, Serpiello FR, Millet GP, LaTorre A.

J Sports Sci Med. 2014 Sep 1;13(3):666-72. eCollection 2014 Sep. PMID:25177197 [PubMed]

35-“ Aerobic training program for the enhancements of HR and VO2 off-kinetics in elite judo athletes.”-Bonato M, Rampichini S, Ferrara M, Benedini S, Sbriccoli P, Merati G,

Franchini E, La Torre A.-J Sports Med Phys Fitness. 2014 Oct 30. [Epub ahead of print]PMID:25359131 [PubMed - as supplied by publisher]

34- “Peripheral neuromuscular fatigue induced by repeated-sprint exercise: cycling vs running.”-

Rampinini E, Connolly DR, Ferioli D, La Torre A, Alberti G, Bosio A.-J Sports Med Phys Fitness. 2014 Oct 7. [Epub ahead of print]PMID 25289713[PubMed - as supplied by publisher]

33- “The baseline serum value of α -amylase is a significant predictor of distance running performance.”-Lippi G, Salvagno GL, Danese E, Tarperi C, La Torre A, Guidi GC, Schena F.

Clin Chem Lab Med. 2014 Oct 2. pii: /j/cclm.ahead-of-print/cclm-2014-0850/cclm-2014-0850.xml. doi: 10.1515/cclm-2014-0850. [Epub ahead of print]

32-“ Does the junior IAAF athletic world championship represent a springboard for the success in the throwing events? A retrospective study.” -Piacentini MF, Comotto S,

Guerriero A, Bonato M, Vernillo G, La Torre A.-J Sports Med Phys Fitness. 2014 Aug;54(4):410-6.PMID:25034545 [PubMed - in process]

31-“Relationship between anthropometric or functional characteristics and maximal serve velocity in professional tennis players.”-Bonato M, Maggioni MA, Rossi C, Rampichini S, La Torre A, Merati G.-J Sports Med Phys Fitness. 2014 Jul 7. [Epub ahead of print]-PMID:24998615 [PubMed - as supplied by publisher]

30- “Heart rate responses to twelve laps Supermoto race simulation in motorcyclists.”- Morosi C, La Torre A, Sartor F.-J Sports Med Phys Fitness. 2014 Jul 7. [Epub ahead of print]
PMID:24998613 [PubMed - as supplied by publisher]

29-“Reliability of the assessment of peripheral muscle fatigue induced by high-intensity intermittent exercise.” - Rampinini E, Connolly DR, Oppici L, Alberti G, La Torre A, Bosio A.
J Sports Med Phys Fitness. 2014 May 27. [Epub ahead of print]
PMID:24867604 [PubMed - as supplied by publisher]

28-“Time-Course Changes of Oxidative Stress Response to High-Intensity Discontinuous Training versus Moderate-Intensity Continuous Training in Masters Runners.”- Vezzoli A, Pugliese L, Marzorati M, Serpiello FR, La Torre A, Porcelli S.- PLoS One. 2014 Jan 31;9(1):e87506. doi: 10.1371/journal.pone.0087506. eCollection 2014.

27- The biomechanics of race walking: Literature overview and new insights”- Gaspare Pavei, Dario Cazzola, Antonio La Torre & Alberto E. Minetti; European Journal of Sport Science, 2014 January 17-; DOI:10.1080/17461391.2013.878755

26-High-Intensity exercise training induces morphological and biochemical changes in skeletal muscle- Toti L., Bartalucci A., Ferrucci M., Fulceri F., Lazzeri G., Lenzi P., Soldani P., Gobbi P., La Torre A., Gesi M -Biol.Sport 2013;30:301-309- DOI: 10.5604/20831862
25- Anthropometric characteristics of top-class Kenyan marathon runners. Vernillo G, Schena F, Berardelli C, Rosa G, Galvani C, Maggioni M, Agnello L, La Torre A. J Sports Med Phys Fitness. 2013 Aug;53(4):403-8.

24-Estimation of Maximal Oxygen Uptake via Submaximal Exercise Testing in Sports, Clinical, and Home Settings. Sartor F, Vernillo G, de Morree HM, Bonomi AG, La Torre A, Kubis HP, Veicsteinas A. Sports Med. 2013 Jul 3. [Epub ahead of print]

23-Heart rate variability reflects training load and psychophysiological status in young elite gymnasts. Sartor F, Vailati E, Valsecchi V, Vailati F, La Torre A. J Strength Cond Res. 2013 Jan 28. [Epub ahead of print] .

22-Concurrent strength and endurance training effects on running economy in master endurance runners. Piacentini MF, De Ioannon G, Comotto S, Spedicato A, Vernillo G, La Torre A.
J Strength Cond Res. 2013 Aug;27(8):2295-303. doi: 10.1519/JSC.0b013e3182794485.

- 21-Cardiovascular responses during an indoor race walking competition. Vernillo G, Agnello L, Drake A, Fiorella P, Piacentini MF, La Torre A. *J Sports Med Phys Fitness*. 2012 Dec;52(6):589-95.
- 20-Uphill Racewalking at Iso-Efficiency Speed. Padulo J, Annino G, Tihanyi J, Calcagno G, Vando S, Smith L, Vernillo G, La Torre A, D'ottavio S. *J Strength Cond Res*. 2013 Jul;27(7):1964-1973.
- 18-High-intensity exercise training produces morphological and biochemical changes in adrenal gland of mice. Bartalucci A, Ferrucci M, Fulceri F, Lazzeri G, Lenzi P, Toti L, Serpiello FR, La Torre A, Gesi M. *Histol Histopathol*. 2012 Jun;27(6):753-69.
- 17-Effects of cold-water immersion and contrast-water therapy after training in young soccer players. De Nardi M, La Torre A, Barassi A, Ricci C, Banfi G. *J Sports Med Phys Fitness*. 2011 Dec;51(4):609-15.
- 16-Determinants of performance in 1,500-m runners. Ferri A, Adamo S, La Torre A, Marzorati M, Bishop DJ, Miserocchi G. *Eur J Appl Physiol*. 2012 Aug;112(8):3033-43. doi: 10.1007/s00421-011-2251-2. Epub 2011 Dec 17.
- 15-An analysis of the rebound of the body in backward human running. Cavagna GA, Legramandi MA, La Torre A. *J Exp Biol*. 2012 Jan 1;215(Pt 1):75-84. doi: 10.1242/jeb.057562.
- 14-Criterion and longitudinal validity of a fixed-distance incremental running test for the determination of lactate thresholds in field settings. La Torre A, Fiorella P, Santos TM, Faina M, Mauri C, Impellizzeri FM. *J Strength Cond Res*. 2012 Jan;26(1):146-51. doi: 10.1519/JSC.0b013e31821bc313.
- 13-An observational study on the perceptive and physiological variables during a 10,000-m race walking competition. Vernillo G, Agnello L, Drake A, Padulo J, Piacentini MF, La Torre A. *J Strength Cond Res*. 2012 Oct;26(10):2741-7.
- 12-Is it time to consider a new performance classification for high-level male marathon runners? La Torre A, Vernillo G, Agnello L, Berardelli C, Rampinini E. *J Strength Cond Res*. 2011 Dec;25(12):3242-7. doi: 10.1519/JSC.0b013e31821bf2bd.
- 11-Exercise intensity and pacing strategy of a 5-km indoor race walk during a World Record attempt: a case study. Vernillo G, Piacentini MF, Drake A, Agnello L, Fiorella P, La Torre A. *J Strength Cond Res*. 2011 Jul;25(7):2048-52. doi: 10.1519/JSC.0b013e3181e4f78e.
- 10-Genetic polymorphisms of the enzymes involved in DNA methylation and synthesis in elite athletes. Terruzzi I, Senesi P, Montesano A, La Torre A, Alberti G, Benedini S, Caumo A, Fermo I, Luzi L. *Physiol Genomics*. 2011 Aug 24;43(16):965-73. doi: 10.1152/physiolgenomics.00040.2010. Epub 2011 Jun 14.

9-Running backwards: soft landing-hard takeoff, a less efficient rebound. Cavagna GA, Legramandi MA, La Torre A. *Proc Biol Sci.* 2011 Feb 7;278(1704):339-46. doi: 10.1098/rspb.2010.1212. Epub 2010 Aug 18.

8-Acute effects of static stretching on squat jump performance at different knee starting angles.

La Torre A, Castagna C, Gervasoni E, Cè E, Rampichini S, Ferrarin M, Merati G. *J Strength Cond Res.* 2010 Mar;24(3):687-94. doi: 10.1519/JSC.0b013e3181c7b443.

7-The sportsman readjustment after transcontinental flight: a study on marathon runners.

Montaruli A, Roveda E, Calogiuri G, La Torre A, Carandente F. *J Sports Med Phys Fitness.* 2009 Dec;49(4):372-81.

6-Free leptin index and thyroid function in male highly trained athletes. Perseghin G, Lattuada G, Ragogna F, Alberti G, La Torre A, Luzi L. *Eur J Endocrinol.* 2009 Dec;161(6):871-6. doi: 10.1530/EJE-09-0569. Epub 2009 Sep 22.

5-Heart rate and blood lactate evaluation in bouldering elite athletes. La Torre A, Crespi D, Serpiello FR, Merati G. *J Sports Med Phys Fitness.* 2009 Mar;49(1):19-24.

4-Left ventricular function and energy metabolism in middle-aged men undergoing long-lasting sustained aerobic oxidative training. Perseghin G, De Cobelli F, Esposito A, Belloni E, Lattuada G, Canu T, Invernizzi PL, Ragogna F, La Torre A, Scifo P, Alberti G, Del Maschio A, Luzi L.

Heart. 2009 Apr;95(8):630-5. doi: 10.1136/hrt.2008.154716. Epub 2008 Nov 13.

3-Effect of the sporting discipline on the right and left ventricular morphology and function of elite male track runners: a magnetic resonance imaging and phosphorus 31 spectroscopy study.

Perseghin G, De Cobelli F, Esposito A, Lattuada G, Terruzzi I, La Torre A, Belloni E, Canu T, Scifo P, Del Maschio A, Luzi L, Alberti G. *Am Heart J.* 2007 Nov;154(5):937-42. Epub 2007 Aug 27.

2-Relationship between push phase and final race time in skeleton performance.

Zanoletti C, La Torre A, Merati G, Rampinini E, Impellizzeri FM. *J Strength Cond Res.* 2006 Aug;20(3):579-83.

1-Cardiovascular responses to aerobic step dance sessions with and without appendicular overload. La Torre A, Impellizzeri FM, Rampinini E, Casanova F, Alberti G, Marcora SM.

▪ *J Sports Med Phys Fitness.* 2005 Sep;45(3):264-9.

Presentazioni a congressi

- *“L’evoluzione delle metodologie di allenamento nelle discipline di endurance”*, Congresso Nazionale “Le nuove frontiere nell’allenamento del ciclismo”, Facoltà di Scienze Motorie di Verona, Verona, 08 maggio 2004, Relatore Invitato
- *“Methodology training in race-walking”* Congress of European Athletics Coaches Association “Coaching in 21 Century”, Padova, 05-08 novembre 2004, Relatore Invitato
- *“Metodologia d’allenamento della Resistenza”*, Convegno Nazionale di Aggiornamento Tecnico - CONI - Federazione Italiana Triathlon Viareggio, 1 ottobre 2005, Relatore Invitato
- *“La gestione (fisiologica, tecnica, psicologica e tattica) del campione”* Convegno Nazionale Allenatori Nuoto - CONI - Federazione Italiana Nuoto - Fiuggi, 22 ottobre 2005, Relatore Invitato
- *“Quantità. Intensità. Densità. Volume: nuove gerarchie tra i parametri dell’allenamento?”* • ATLETICAMENTE - CONI - FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera) *“L’evoluzione delle metodiche di allenamento nell’endurance”* Abano Terme, 26-27 novembre 2005, Relatore Invitato
- *“Dalla fibra muscolare alla pratica sportiva”* - Convegno Scientifico - Facoltà di Medicina e Chirurgia, Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport - Università degli Studi di Brescia - con il patrocinio della Federazione Medico Sportiva Italiana - 25 maggio 2006 - Brescia- Relatore Invitato
- *“L’alternanza della performance nelle prestazioni di altissimo livello”* - Convegno Allenatori di Nuoto - org. CONI Nazionale & FIN (Federazione Italiana Nuoto) - . Lignano, 17 novembre 2006 Relatore Invitato
- *“Attività motoria in età giovanile puberale”* XXXI Congresso Nazionale della Federazione Medico Sportiva Italiana - Prescrizione dell’attività fisica e alimentazione: un sistema integrato. Napoli, 1 dicembre 2006 - Relatore Invitato
- *“Cours Pilote sur la Marche”* IAAF (International association of Athletics Federations)-CECS NIVEAU IV-CRD, Dakar ,(Senegal) du 03 au 12 janvier 2007 - Invited Lecturer
- *“Resistere, Resistere, Resistere: tra tradizione e innovazione nell’allenamento dell’Endurance”* L’allenamento negli sport di resistenza - Primo seminario nazionale di studi - Coni Scuola dello Sport; Roma, 2 aprile 2007- Relatore Invitato
- *“Race Walking in Master - The bent knee”* EVAA Seminar during World Masters Athletics Championships-Cooperation of IAAF, WMA, EVAA, LOC Riccione - Riccione, Sept 7, 2007, Invited Lecturer
- *“IAAF CECS Level IV Race Walking”* - (International association of Athletics Federations)-from 16 to 25 sept, 2007 - RDC Beijing, China, Invited Expert Lecturer
- *“L’allenamento alla forza nelle discipline di endurance”* Conferenza Internazionale Tecnico-Scientifica “L’allenamento per la forza” Coni - Sport e Preparazione Olimpica; Coni Servizi - Istituto di Medicina e Scienza dello Sport, Scuola dello Sport - Roma, 1-2 ottobre 2007 - Relatore Invitato
- *“IL TALENTO - Metodologia dell’allenamento e moderne tecniche di valutazione”*, Convention nazionale dei tecnici di atletica leggera -CONI(Comitato Olimpico Nazionale Italiano)FIDAL (Federazione Italiana di Atletica Leggera)Ancona, 18-20 gennaio 2008 - Relatore invitato
- *“Performance management and innovation of training programs”*, EOC(Europen

- Olympic Congress) Technical Seminar - From talents to medals. Planning for the sport technical programme to London 2012 and beyond - Larnaca, Cyprus, October 30th / November 2nd 2008 - Invited Speaker
- *“Quando specializzare? Le precauzioni per un’adeguata specializzazione”* Convegno nazionale “L’allenamento dei giovani atleti. Problematiche della specializzazione” - Org. Coni Servizi - Scuola dello Sport & Centro Studi&Ricerche FIDAL - Roma, 2 dicembre 2008 - Relatore Invitato
 - *“Evoluzione e prospettive della metodologia dell’allenamento nell’endurance”* Seminario “Da Pechino a Londra - L’allenamento per l’Endurance” - CONI - Coni Servizi, Direzione Sport e Preparazione Olimpica; Istituto di Medicina e Scienza dello Sport; Scuola dello Sport - Roma, 4 dicembre 2008 - Relatore Invitato
 - *“Costruzione di un “modello ciclico” negli sport di resistenza”* Convegno Nazionale Allenatori di Nuoto - org. CONI & FIN (Federazione Italiana Nuoto - SIT) - Riccione, 7 novembre 2009 - Relatore Invitato
 - *“Le evidenze tecnico-scientifiche nelle discipline di endurance dell’ultimo biennio”* Allenamento e innovazioni scientifiche. Convegno nazionale - Fidal Centro Studi&Ricerche; Saluzzo, 12-13 dicembre 2009 - Relatore invitato
 - *“Le basi attuali di conoscenza del preparatore fisico: i contributi delle scienze dell’allenamento al mestiere di Preparatore Fisico”*, “Modelli e strutture di prestazione nei gruppi di sport: fatti e miti” 9^a Corso Nazionale CONI di formazione per esperti di preparazione fisica. Anno 2010 - Roma, 9 febbraio 2010, Relatore invitato
 - *“Identificazione e monitoraggio del talento”* 2^a Convegno nazionale di formazione. I giovani e lo Sport della montagna. Facoltà di Scienze Motorie di Verona - “Valorizzare il talento nello sport di oggi” - Predazzo (TN), 7 maggio 2010 - Relatore Invitato
 - *“Altitude training in endurance sports”*, 2nd National Congress Italian Society of Movement and Sport Sciences (SISMES); Training and Performance (session 3) - - Torino 30 settembre-2 ottobre, 2010-(invited) Leading lecture
 - *“Planning &Preparation - Ivano Brugnetti”* - 1st European Race Walking Conference: 2010 European Athletics Coaching Summit Series - org. by EAA- Leeds Metropolitan University-Leeds, England, 5 novembre 2010- Keynote Lecture, Invited Speaker;
 - *“Il ricambio generazionale”* - “Riflessioni sui progetti CONI” Stati Generali dello Sport Italiano - Strategie e Progetti del CONI per lo Sport Olimpico e di Alto Livello - Roma, Salone d’Onore Palazzo H, 15-16 novembre 2010-Relatore Invitato
 - *“La gestione di allenatori e atleti nella pianificazione per i Giochi Olimpici”* Seminario di aggiornamento per i Direttori Tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali Olimpiche, Formia, 10-12 gennaio 2011- Relatore invitato
 - *“Valutazione e monitoraggio dell’atleta:modelli operativi e organizzativi”* FARE CICLISMO: da Juniores ad Elite valutazione funzionale e monitoraggio. Convegno Nazionale Federazione Ciclistica Italiana. - Montichiari (BS), 5 febbraio 2011- Relatore invitato
 - *“Altitude training in endurance athletes”*, Altitude Training Center Workshop - Jabal Al Akhdhar - IAAF (International association of Athletics Federations) & Oman Athletic Federation, Muscat (Oman) 19-20 febbraio 2011- Invited Speaker
 - *“Evoluzione delle conoscenze e principali tendenze nell’allenamento della*

- resistenza*” - Resistere: dalla Fisiologia alla Resilienza - Seminario di Studi - Centro di Preparazione Olimpica Acquacetosa “G. Onesti” - Roma 7 giugno 2011- Relatore Invitato
- *“Metodologia dell’allenamento dell’endurance”* Master di 1^o livello in teorie e Tecniche della preparazione atletica nel calcio- Università Verona-Pisa - Verona, 4 luglio 2011
 - *“Academy Elite Coach Programme Middle and Long Distances & Race Walking”* IAAF +(International association of Athletics Federations) ,Faculty of Physical Education Cairo; Helwan University- il Cairo 23-29 ottobre 2011- Invited Lecturer;
 - *“Il ruolo dei programmi di identificazione e promozione del Talento nello Sport”* Seminario “Il Talento Sportivo. Come identificarlo, promuoverlo, gestirlo”. CONI Emilia Romagna; FIDAL Centro Studi&Ricerche; Facoltà Scienze Motorie Bologna -- Modena, 3 dicembre 2011, Relatore Invitato
 - *“Risposte fisiologiche all’allenamento discontinuo ad alta intensità vs allenamento continuo a moderata intensità in atleti master”* - 9^o Convegno Nazionale di Medicina e Scienze dello Sport - 4^o Memorial Piero Moggi - Saronno, 3 marzo 2012- Relatore Invitato
 - *“La lotta al doping”* - Convegno Nazionale - “LA TUTELA DELLA SALUTE NELLE ATTIVITÀ SPORTIVE E LA LOTTA AL DOPING” - Organizzato da MINISTERO DELLA SALUTE - Commissione per la vigilanza ed il controllo sul doping e per la tutela della salute nelle attività sportive (CVD) - ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ - Roma, 17 maggio 2012- Relatore invitato - Tavola Rotonda -
 - *“Round Table: Lessons from London: what sport science can learn from the XXX Olympic Games”*- Relatore Invitato - IV National SISMES Congress, Palermo 5-7 ottobre 2012 - Hosted by the DISMOT Department - Faculty of Exercise and Sport Sciences - University of Palermo, 2012-Invited Speaker & Chairma
 - *“La Resistenza e le tecnologie di controllo attuali.”* Convegno nazionale di studio e aggiornamento sui temi legati alla tecnica e metodologia dello Sport - “ATLETICA...SPORTIVAMENTE 2012”. Tema: “DALLO STADIO ALLO STUDIO.” Org. Regione Veneto, MIUR USR Veneto, CONI Veneto, Facoltà di Scienze Motorie di Verona, Corso Laurea Scienze Motorie Padova- Abano Terme (PD), 3-4 novembre 2012, Relatore Invitato
 - *“Los factores neuromusculares en el entrenamiento de medio fondo y fondo”* XIX Jornadas Técnicas ENE- Ponente - Real Federación Española de Atletismo - Escuela Nacional de Entrenadores - MADRID, 18 noviembre de 2012-Invited Speaker
 - *“Academy Elite Coach Programme Race Walking”* Beijing Sport University , IAAF (International association of Athletics Federations) - Pechino, 4-9 gennaio 2013, Invited Lecturer
 - *“La Prestazione Sportiva”* SISMES V Congresso Nazionale - Ricerca e Formazione applicata alle Scienze Motorie e Sportive , SIMPOSIO in ricordo di Marcello Faina- VALUTAZIONE FUNZIONALE E CLINICA PER LA PRESTAZIONE SPORTIVA: un’arte divenuta scienza - Pavia, 29 September 2013 - Didactic Pole “Campus Aquae” - University of Pavia-Relatore Invitato
 - *“Basic Physiology of Endurance Athletes My thoughts on Coaching Running Advanced Physiology of Endurance Athletes, My thoughts on Coaching the Walks”* Coaching Conference by Australian Institute of Sports-Canberra ; Hobart, Tasmania(AUS) 1-2 february 2014-Invited Speaker

- *“L’evoluzione delle prestazioni nella maratona”* 11[^] Convegno Nazionale di Medicina e Scienze dello Sport - 6[^] Memorial Piero Moggi - Saronno, 22 marzo 2014-Relatore Invitato
- *“Determinants of marathon performance:the Run4Science project”* SISMES- VI Congresso Nazionale- Ricerca e Formazione Applicate alle Scienze Motorie e Sportive- Keynote *“Allenamento e Performance”* - Napoli, 27 settembre 2014- Invited Speaker
- *“La valutazione come strumento di controllo dell’allenamento”* Ottavo Seminario Tecnico: La scelta e l’utilizzo del test per il controllo e la valutazione dell’allenamento -CONI (Comitato Olimpico Nazionale Italiano) Centro di Preparazione Olimpica Acquacetosa - Roma 23 ott. 2014-Relatore Invitato
- *“Il modello fisiologico “tradizionale” delle discipline di endurance”* Secondo Seminario Tecnico - Allenare la Resistenza -CONI SdS-FIDAL, Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti - Aula Magna .Roma 25 marzo 2015- Relatore Invitato
- *“L’evoluzione della periodizzazione nell’endurance dalla “tradizionale” alla polarizzata”*, Terzo Seminario Tecnico - La Periodizzazione e i sistemi di recupero-CONI SdS-FIDAL, Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti -Aula Magna Roma, 25 marzo 2015 Relatore Invitato
- *“L’allenamento della forza nelle discipline di resistenza”* Quarto Seminario Tecnico- L’Allenamento della Forza-CONI SdS-FIDAL, Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti-Aula Magna. Roma, 6 maggio 2015- Relatore Invitato
- VII CONGRESSO NAZIONALE SISMeS - Ricerca e Formazione applicate alle Scienze Motorie e Sportive - *“Allenamento in quota: utile o inutile?”* Simposio: Allenamento , alimentazione e performance sportiva. Padova, 2-4 ottobre 2015- Relatore Invitato
- *“La programmazione annuale dell’allenamento della forza nell’atleta di endurance”* 4[^] Convegno Nazionale Tecnico Scientifico - La programmazione dell’allenamento nel triathlon-FITRI Federazione Italiana Triathlon. Piacenza, 15 novembre 2015- Relatore Invitato
- *“L’allenamento in altura”*, Convegno Allenatori di Nuoto - Alcuni aspetti del nuotatore di alto livello - FIN Federazione Italiana Nuoto-Chianciano, 21 novembre 2015- Relatore Invitato
- *“Core & Functional Training: due facce della stessa medaglia”* Seminario Tecnico per le Attività di Alto Livello,CONI- Scuola dello Sport- Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti-Aula Magna. Roma, 17 febbraio 2016-- Organizzatore, Relatore, Chairman
- *“Dall’EF a scuola allo sport: dall’esperienza cambiare il sistema”* Relatore - Convegno Nazionale *“La Buona Scuola”*: proposte e interventi per riprogettare l’educazione fisica nella scuola primaria - MIUR-CAPDI; Prato, 22 aprile 2016- Relatore Invitato
- *“Il monitoraggio: risultati e prospettive”* A SCUOLA DI SPORT - LOMBARDIA IN GIOCO - Convegno sul Progetto regionale di educazione motoria nella scuola primaria della Lombardia- esiti 2015-16 e presentazione progetto 2016-17 - Regione Lombardia - Anci - Coni - CIP - Milano, 20 settembre 2016-Relatore Invitato
- *“Verso Tokyo 2020 le nuove sfide dell’allenamento e le performances di alto livello: metodologia, ricerche e innovazioni scientifiche”* Simposio congiunto ,

- CONI, Scuola dello Sport & SISMES -Roma, CPO Acquacetosa, 7 ottobre 2016- Ideatore, organizzatore e chairman-
- *“Il riscaldamento pre-gara: aspetti fisiologici, metodologici e pratici”*, *“Allenamento e tapering: aspetti fisiologici, metodologici e pratici”* Convegno Nazionale Allenatori di Nuoto- Alcuni aspetti del nuotatore di alto livello-FIN Federazione Italiana Nuoto - Treviso, 26 novembre 2016, Relatore Invitato
- *“Carico e recupero”* CONGRESSO INTERNAZIONALE SPAZIO NUTRIZIONE - Università degli Studi di Milano; SISMES- Sessione *“Allenamento, Alimentazione e Recupero: il triangolo della performance”*-Centro Congressi Stella Polare - Rho (MI) -10 Maggio 2017 -Relatore Invitato
- *“Doping: false start”* Invited Speaker-Workshop III: I Run Clean- Congress- Convention European Athletics Associations - Vilnius, (Lituania) 12 october 2017-Invited Speaker
- *“Time Review from 2010 to 2017”* - Coach Clinic & Practical Session, IFAC- International Festival of Athletic Coaching- Formia, 28 ottobre 2017-Invited Speaker
- *“Problematiche energetiche nelle gare di Ultraendurance”* SINU 2017 (Società Italiana di Nutrizione Umana)- XXXVIII CONGRESSO NAZIONALE - Torino, 22 novembre 2017-Relatore Invitato
- Organizzatore e componente del Comitato Scientifico dei Congressi 2015-2016- 2017-2018 della SISMES (Società Italiana Scienze Motorie e Sportive)
- *“Quickness& Agility training: basi teoriche e ricadute applicative;”**Agility Training: mezzi, metodi, applicazioni”* SDS Giulio Onesti, Roma ,09 maggio 2018
- *“L’Allenamento delle donne negli sport di Resistenza”*Relatore , *“ Donne e prestazione sportiva-Le differenze di genere nell’allenamento*-Org. Da SrDS Lombardia; Federazione Italiana Scherma, Milano 10 giugno 2018
- *“ Le nuove sfide nella metodologia dell’allenamento”* CONI- Scuola dello Sport, CPO “G. Onesti” Coni, Aula Magna, venerdì 12 ottobre 2018
- *“ Miti e realtà:la metodologia dell’allenamento”* Assemblea nazionale FIN-Fiuggi, 27 ottobre 2018

Progetti (titolarità)

1. Vincere nello Sport, Vincere il Doping
Ente nazionale: Ministero della Salute - Commissione per la vigilanza ed il controllo Programma
Campagne di formazione/informazione tutela doping e per la tutela della salute nelle attività sportive salute nelle attività sportive e prevenzione doping
Ruolo : Co-Investigator
Durata : 01/08/2010 - 31/07/2012
Il Progetto è stato finanziato per un totale di 109.467,71 Euro dei quali 50.000,00 a carico del Ministero
2. Lotta al Doping
Ente nazionale: Federazione Italiana di Atletica Leggera (FIDAL) della Salute
Campagne di formazione/informazione tutela doping e per la tutela della salute nelle attività sportive salute nelle attività sportive e prevenzione doping
Ruolo : PI-Investigator/Responsabile Scientifico

Durata : 2015 - 2017

Finanziato per complessivi 100.000 Euro

3. Progetto ““A scuola di Sport-Lombardia in gioco “.”. Progetto di ricerca Promuovere e valorizzare l’attività motoria nelle scuole primarie statali della Lombardia non solo come attività fisica e ludica ma anche come una vera e propria cultura del movimento volta a sensibilizzare uno stile di vita attivo; Il progetto è stato assegnatario di un finanziamento complessivo alle cinque Università Lombarde di 150.000,00€ da parte della Regione Lombardia, ANCI, CIP & CONI (Periodo di sviluppo Settembre 2015-Luglio 2018)-

Ruolo: Co-Responsabile

4. “ObLoMoV: Obesity and Low Motility Victims - “physical short shocks” and “theatre short stories” to convert inactive victims into HEPA social actors “L’obiettivo primario del presente progetto è quello di valutare l’efficacia di una nuova metodologia sportivo-pedagogica, basata su esercizi teatrali ed esercitazioni fisiche ad alta intensità ed intervallate (HIIT-High Intensity Interval Training), nel contrastare l’inattività fisica tra i giovani studenti di 11/13 anni, nel migliorarne la salute psico-fisica, e nell’aumentare la loro consapevolezza sull’importanza dell’attività fisica intesa come attività “health-enhancing”.

Il progetto è stato assegnatario di un finanziamento complessivo di 399.582,50€ nel bando Erasmus+: Sport 2016, (Periodo di sviluppo Gennaio 2017-Dicembre 2019) (vedi allegato)

Ruolo: Principal Scientific Investigator

Progetti (collaborazioni)

1. *Effects of repeated-sprints training on and cardiovascular risk prognostic.* Progetto di ricerca volto a quantificare gli effetti di sprints ripetuti sugli adattamenti sistemici, funzionali e biomolecolari collegabili a patologie cardiovascolari.
 - *Ente nazionale:* Università degli Studi di Milano
 - *Ente nazionale:* IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano
2. *Physiological and biomechanical changes associated with ultra-running.* Progetto di ricerca volto ad indagare le modificazioni che avvengono a livello fisiologico e biomeccanico a seguito di corsa di ultra-resistenza.
 - *Ente nazionale:* Università degli Studi di Milano
 - *Ente nazionale:* Università degli Studi di Verona
 - *Ente nazionale:* IRCCS Istituto Ortopedico Galeazzi, Milano
3. *Exercise in normobaric hypoxia.* Progetto di ricerca volto ad indagare gli effetti dell’ipossia normobarica sulle risposte sistemiche, funzionali e biomolecolari
 - *Ente nazionale:* Università degli Studi di Milano
 - *Ente internazionale:* University of Lausanne (Switzerland)
4. *Extreme endurance at the Tor des Geants.* Progetto di ricerca volto ad indagare le risposte sistemiche, funzionali e biomeccaniche a seguito di una delle gara di ultra-resistenza più strenue al mondo.
 - *Ente nazionale:* Università degli Studi di Milano
 - *Ente nazionale:* Università degli Studi di Verona
 - *Ente internazionale:* University of Lausanne (Switzerland)

5. *Run for science*- Progetto di ricerca volto a indagare le risposte sistemiche, funzionali e biomeccaniche a seguito nelle gare di maratona e mezza-maratona- <http://www.r4s.it/>
 - Ente nazionale: Università degli Studi di Verona
 - Ente nazionale: Università degli Studi di Milano
 - Ente nazionale: Università del Foro Italico Roma
 - Ente nazionale : Università degli studi di Brescia
 - Ente internazionale: University of Kent (Gran Bretagna)
 - Ente internazionale: University of Koeln (Germania)

Attività di revisione scientifica ed editoriale

Attività di revisione scientifica/editorial per i seguenti giornali:

- Sport Sciences for Health (associate editor 2006-2010)
- Journal of Sport Medicine and Physical Fitness (editorial board 2006-)
- European Journal of Applied Physiology
- International Journal of Sports Medicine
- International Journal of Sports Physiology and Performance
- Plos One
- Frontiers in Physiology
- Journal of Sport Sciences
- Frontiers in Pshicology

Appartenenza ad associazioni scientifiche

Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive (SISMES)

Altre attività professionali

1. Partecipazione al Collegio Docenti del Dottorato di Ricerca dell'Università degli Studi di MILANO dal titolo: "MEDICINA TRASLAZIONALE" 2018-
2. Partecipazione al Collegio Docenti del Dottorato di Ricerca dell'Università degli Studi di MILANO dal titolo: "RICERCA BIOMEDICA INTEGRATA" 2013-2017
3. Partecipazione al Collegio Docenti del Dottorato di Ricerca dell'Università degli Studi di MILANO dal titolo: "SCIENZE DELLO SPORT" 2009-2012
4. Partecipazione al Collegio Docenti del Dottorato di Ricerca dell'Università degli Studi di MILANO dal titolo: "ATTIVITA' FISICA E SPORT" 2003-2008

Premi e riconoscimenti

Nomina a “ COMMENDATORE al MERITO della REPUBBLICA ITALIANA” (iscritto nell’albo dei Commendatori al n 2211 serie VI) conferita dal Presidente della Repubblica , Sergio Mattarella su proposta del Presidente del Consiglio, Mario Draghi, il 2 giugno 2022. L'onoreficenza è stata attribuita per “benemerienze acquistate verso la Nazione”.

Nomina ad “UFFICIALE al MERITO della REPUBBLICA ITALIANA” (iscritto nell’Elenco degli Ufficiali al n^ 690 serie V) conferita dal Presidente della Repubblica, Carlo Azeglio Ciampi, il 27 dicembre 2004. L'onoreficenza è stata attribuita per “benemerienze acquistate verso la Nazione”.

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 (Codice in materia di protezione dei dati personali) e sue successive modifiche e integrazioni, nonché del Regolamento UE 679/2016 (Regolamento Generale sulla Protezione dei dati o, più brevemente, RGPD).

Data, gennaio 2025

Firma

Il sottoscritto, consapevole che il “conflitto d’interessi E.C.M.” è ogni situazione nella quale un interesse secondario interferisce o potrebbe interferire con l’interesse primario consistente nell’obiettività, imparzialità e indipendenza della formazione professionale nel settore della salute connessa al Programma di Educazione Continua in Medicina (E.C.M.),

DICHIARA

l’assenza di interessi commerciali in ambito sanitario negli ultimi due anni dalla data di sottoscrizione del presente curriculum.

Data e luogo di sottoscrizione: 17 marzo 2026- Milano

Firma

- essere aggiornato ad ogni variazione rilevante ai sensi della normativa ECM e, comunque, ogni due anni.

- essere aggiornato con la dichiarazione seguente:

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi del DPR 445/2000, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l’uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali ed autorizza il trattamento dei dati personali contenuti nel presente in base all’art. 13 GDPR 679/16

Data e luogo di sottoscrizione: 17 marzo 2026

Firma: