



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

DPSS
Dipartimento di Psicologia dello
Sviluppo e della Socializzazione

Un team di ricercatori dell'Università di Padova – Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione guidato dai dott. Irene Leo e Enrico Rubaltelli condurrà uno studio sulla capacità dei runners di gestire l'ansia e sull'effetto che queste abilità hanno sul tempo finale ottenuto nella maratona e mezza maratona del 23 aprile prossimo. Troverete i ricercatori allo stand del Dipartimento presso il ritiro pettorali dell'Expo Padova Marathon. I ricercatori saranno presenti sia venerdì 21 sia sabato 22 aprile e chiederanno a tutti i runners iscritti alla maratona e mezza maratona di completare un breve questionario (durata 3 minuti) con domande relative all'allenamento svolto in vista della gara di Padova.

Sulla base delle ricerche scientifiche nell'ambito della psicologia dello sport i dott. Irene Leo e Enrico Rubaltelli terranno due interventi in cui parleranno ai runners dell'influenza delle emozioni prima e durante gare competitive e illustreranno delle semplici strategie specifiche per la gestione dell'ansia. Gli interventi sono in programma venerdì alle 15.30 e sabato alle 14.00 presso la padana relatori dell'Expo Padova Marathon.