

University of Rome "Foro Italico"

The Library



Location – Opening hours - Available services
Academic year 2023-2024

Location

Piazza Lauro de Bosis n. 6
1st Floor

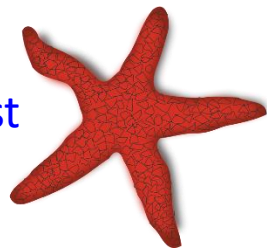
The building is known as
ex-Collegio di Musica



Opening hours


	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
morning	9.30-13.00	9.30-13.00	9.30-13.00	9.30-13.00	9.30-13.00
afternoon		13.30-16.30		13.30-16.30	

Summer closure: August 1st-31st



Christmas closure: December 24th- January 6th



Where do I find the library online? Go to  www.uniroma4.it



Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

Cerca

Amministrazione trasparente

Ateneo

Corsi

Ammissione

Organizzazione

Governance

Ricerca



Accesso rapido

- Bandi di Concorso
- Corso di Sostegno
- Ammissione corsi di laurea
- Offerta Didattica
- Orientamento Tirocinio Job
- Biblioteca**
- Disabilità e studenti con DSA
- Segreteria Studenti
- Polisportiva
- Dottorati



Video dell'Università "Foro Italico"

Stati Generali delle Scienze Motorie e Sportive Roma | 19-20 ottobre Università degli Studi di Roma "Foro Italico"



CoNaSM
Coordinamento Nazionale delle Scienze Motorie

STATI GENERALI delle SCIENZE MOTORIE e SPORTIVE

Evento in presenza su invito presso l'Università degli Studi di Roma "Foro Italico" ed online aperto a tutti.

ROMA
19-20 OTTOBRE 2023

A 20 anni dal completamento dei primi Corsi di Laurea in Scienze Motorie che ad oggi hanno formato oltre 140.000 chinesiologi, Università, Società Scientifiche di riferimento, Associazioni e Confederazioni professionali del settore si confrontano con le Istituzioni per analizzare il percorso fatto, valutare i risultati raggiunti, ragionare sulle prospettive, riflettere sulle sfide future.

Organismi che compongono CoNaSM

Evento in presenza su invito - online aperto a tutti

A 20 anni dal completamento dei primi Corsi di Laurea in Scienze Motorie che ad oggi hanno formato oltre 140.000 chinesiologi, Università, Società Scientifiche di riferimento, Associazioni e Confederazioni professionali del settore si confrontano con le Istituzioni per analizzare il percorso fatto, valutare i risultati raggiunti, ragionare sulle prospettive, riflettere sulle sfide future.

ISCRIZIONI

La partecipazione agli Stati Generali è gratuita. Sarà possibile partecipare da remoto, tramite pre-iscrizione obbligatoria entro il 6 ottobre, previa registrazione alla piattaforma DeskOnline all'indirizzo <https://conasm.deskonline.info/login> e poi compilare l'apposito form "Stati Generali Scienze Motorie 2023".

Utilità

- Accesso Studenti e Docenti
- Piattaforma di Supporto Didattico Moodle
- Mail Uniroma4
- Posta Certificata Uniroma4
- My workbench

International Relations





- Risorse Umane e Organizzazione
- Servizi agli Studenti
- Relazioni Internazionali
- Programmazione Didattica
- Dipartimento
- Ufficio Statistico
- Orientamento Tirocinio Job Placement
- Infrastrutture e Sicurezza
- Ufficio Protocollo
- Servizi Rettorali e Affari Generali
- Studenti con disabilità e studenti con DSA
- Ufficio Affari Legali
- Contabilità e Finanza
- Biblioteca

• Biblioteca

- [Informazioni](#)
- [Regolamento e FAQ](#)
- [Servizi e Personale](#)
- [Comitato di indirizzo](#)
- [Banche dati](#)

Biblioteca

Biblioteca di Ateneo



Novità: PIM - Prestito Interbibliotecario Metropolitano

La biblioteca ha aderito al Prestito Interbibliotecario Metropolitano (PIM), una iniziativa di cooperazione con le Biblioteche di Roma finalizzata al prestito reciproco di libri agli utenti delle due istituzioni.

Il servizio è gratuito e riservato agli utenti istituzionali dell'Università "Foro Italico". Per tutte le informazioni consultare la [News](#).

Cataloghi, banche dati e servizi online

Informazioni e regolamento


Comitato di indirizzo della Biblioteca

Servizi e personale

International Relations



Where do I find the Catalogue?



Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

[Amministrazione trasparente](#)[Ateneo](#)[Corsi](#)[Ammissione](#)[Organizzazione](#)[Governance](#)[Ricerca](#)

Organizzazione


- Risorse Umane e Organizzazione
- Servizi agli Studenti
- Relazioni Internazionali
- Programmazione Didattica
- Dipartimento
- Ufficio Statistico
- Orientamento Tirocinio Job Placement
- Infrastrutture e Sicurezza
- Ufficio Protocollo
- Servizi Rettorali e Affari Generali
- Studenti con disabilità e studenti con DSA
- Ufficio Affari Legali
- Contabilità e Finanza
- **Biblioteca**
 - Informazioni
 - Regolamento e FAQ
 - Servizi e Personale
 - Comitato di indirizzo
 - Banche dati
- Centro Linguistico

Accesso rapido

- Bandi di Concorso
- Corso di Sostegno
- Ammissione corsi di laurea
- Offerta Didattica
- Orientamento Tirocinio Job Placement
- Biblioteca

Biblioteca

Biblioteca di Ateneo



Novità: PIM - Prestito Interbibliotecario Metropolitano
La biblioteca ha aderito al Prestito Interbibliotecario Metropolitano (PIM), una iniziativa di cooperazione con le Biblioteche di Roma finalizzata al prestito reciproco di libri agli utenti delle due istituzioni.
Il servizio è gratuito e riservato agli utenti istituzionali dell'Università "Foro Italico".
Per tutte le informazioni consultare la [News](#).


Cataloghi, banche dati e servizi online

Informazioni e regolamento

Comitato di indirizzo della Biblioteca

Servizi e personale

International Relations



Search the catalogue ➡ <https://opac.uniroma4.it>



Biblioteca
Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

Accedi

Home
La biblioteca
Dove siamo
Gallery
Chiedi al bibliotecario

Catalogo

Tesi di dottorato

Periodici

Audiovisivi

Fondo storico

basi allenamento sportivo



Ricerca avanzata

"FORO ITALICO"

1928

Modalità di accesso alla Biblioteca di Ateneo e procedure per il prestito

Disposizioni in vigore a partire dal 19 settembre 2022



Tutte le news





Le basi dell'allenamento sportivo : manuale del tecnico federale di primo livello

Urso, Antonio

Calzetti Mariucci - 2014

Abstract ▲

Il manuale raccoglie gli elementi fondamentali per la formazione di base del tecnico federale di primo livello, inglobando le conoscenze relative all'uso dei sovraccarichi per diversi fini: da quello funzionale a quello estetico, da quello sportivo per il medio e l'alto livello a quello puramente amatoriale. Gli autori che hanno collaborato alla stesura, formando un'equipe di elevato livello per esperienza e conoscenza dell'argomento trattato, optano per una esposizione chiara e analitica dei principali concetti di anatomia, fisiologia della contrazione muscolare, dietologia specifica. A livello metodologico viene dato spazio all'allenamento per l'incremento della forza, alle moderne tecniche dell'ipertrofia muscolare e ai principi della periodizzazione dell'allenamento. Particolare attenzione viene anche posta agli aspetti psicologici dell'allenamento e della comunicazione, che rivestono un ruolo sempre più importante nell'organizzazione dell'allenamento stesso. L'approccio scientifico, [...]

Disponibilità

Scheda

Documento disponibile

Documento ammesso al prestito

Book
available
for loan

Open
the
virtual
shelf



Search in
Google
Books



Navigatore



Le basi dell'allenamento sportivo : manuale del tecnico federale di primo livello



L'allenamento della forza : basi teoriche e pratiche



Le basi scientifiche dell'allenamento in atletica leggera



Allenamento e sovrallenamento : le basi per conoscere e prevenire l'overtraining



Attività motoria ricreazionale indoor e outdoor : basi fisiologiche per la progettazione di nuovi programmi di allenamento



Elettrostimolazione applicata allo sport e alla riabilitazione : basi teorico-pratiche



Il ruolo della velocità nelle discipline dell'atletica leggera : le basi fisiologiche ed il modello bioenergetico delle corse di velocità



Scaffale

Inventario 5070

Collocazione BIBLIO A08 URSOA

Borrowing books

The catalogue will tell you whether the book is available or if it is on loan to another patron.

If the book is available, you will read: "[Documento disponibile](#)"

Consider that serials, encyclopaedias, dictionaries and reference works are [not](#) available for loan and can only be read in the library.

Virtual shelf

Books on the same subject are shelved together.
You can browse the book covers in the same sequence as in the real shelf.

← → ↻ opac.uniroma4.it/SebinaOpacRMS/resource/le-basi-dellallenamento-sportivo-manuale-del-tecnico-federale-di-primo-livello/RMS2988762?sysb=uniroma4 ☆ 🔍 📡 ⚙️ 👤



Le basi dell'allenamento sportivo : manuale del tecnico federale di primo livello
Urso, Antonio
Calzetti Mariucci - 2014

Abstract ▲

Il manuale raccoglie gli elementi fondamentali per la formazione di base del tecnico federale di primo livello, inglobando le conoscenze estetiche, da quello sportivo collaborato alla stesura, trattato, optano per una contrazione muscolare, di l'incremento della forza, a dell'allenamento. Particolare comunicazione, che riveste L'approccio scientifico, [...]

Disponibilità Scheda

Documento disponibile

Documento ammesso a

Inventario 5070
Collocazione BIBLIO A08 URSOA

Navigatore

 **Le basi dell'allenamento sportivo : manuale del tecnico federale di primo livello**

 L'allenamento della forza : basi teoriche e pratiche

 Le basi scientifiche

 L'allenamento in atletica

 L'allenamento e

 L'allenamento : le basi per

 L'allenamento : le basi per

 L'allenamento : le basi per

 L'allenamento : le basi per

 L'allenamento : le basi per

Scaffale Biblioteca Ateneo Foro Italico- sezione: BIBLIO

 **Le basi dell'allenamento sportivo**
A08 URSOA 5070

 **PESISTICA**
Sport per tutti gli sport
A08 URSOA Pes 5116

 **STRENGTH TRAINING**
A08 VACCV 6134

 **DALLE SCIENZE MOTORIE**
ALLENAMENTO SPORTIVO
A08 VARAC 6118

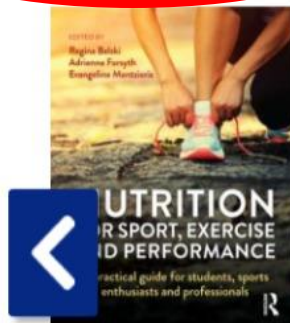
 **R**
A

Recent acquisitions

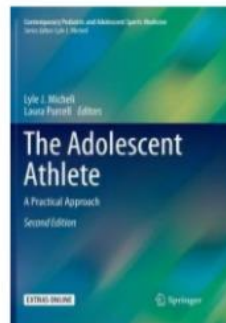


Nuovi arrivi

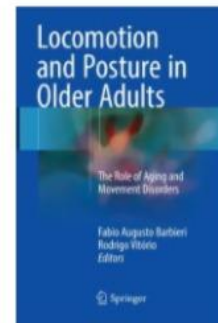
Scoprili tutti



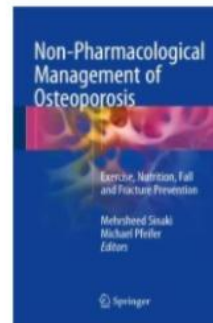
Nutrition for sport, exercise and performance



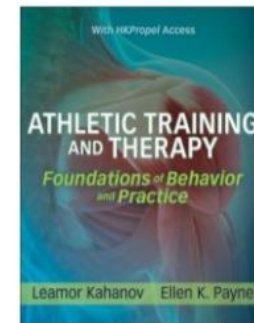
The adolescent athlete : a practical



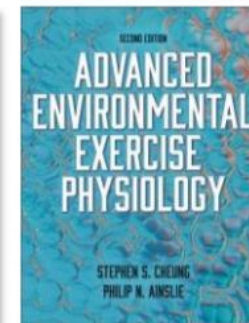
Locomotion and posture in older adults : the role



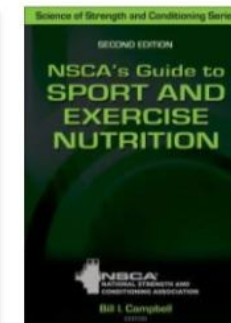
Non-pharmacological management of



Kahanov, Leamor
Athletic training and therapy : foundations of



Cheung, Stephen S.
Advanced environmental exercise



National strength ...
NSCA's guide to sport and exercise nutrition



Richey
Back exercise : stabilize and mobilize

Register

- The first time you borrow a book, you need to **register** to the library services. We suggest to do it **from home**, or from **your mobile**, in order to save your time when you come to the library.
- To register go to the button **Accedi** in the upper right of the catalogue and then **Non sei ancora registrato?** [Not registered yet?]



Biblioteca Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

Accedi

Home
La biblioteca
Dove siamo
Gallery
Chiedi al bibliotecario

Catalogo Tesi di dottorato Periodici Audiovisivi

Cerca

Ricerca avanzata

Utente

Password

☐ Resta connesso ?

Invia

Hai dimenticato la password?

Non sei ancora registrato?

Entra con SPID

Tutti i periodici della Human Kinetics accessibili online

La Biblioteca ha sottoscritto il nuovo pacchetto comprendente tutti i 26 periodici dell'editore Human Kinetics.



Tutte le news

Registration form

- Fill in the registration form with your details: name and surname, date of birth, address in Italy, Italian mobile phone number, [Uniroma4 email address](#), and document details.
- Do not fill the Italian fiscal code field
- You are also asked to upload a copy of your ID or passport.



Biblioteca Università degli Studi di Roma "Foro Italico"

[Home](#)
[La biblioteca](#)
[Dove siamo](#)
[Gallery](#)
[Chiedi al bibliotecario](#)

[Catalogo](#) [Tesi di dottorato](#) [Periodici](#) [Audiovisivi](#)

[Ricerca avanzata](#)

[Accedi](#)

Utente

Password

☐ Resta connesso ?

[Invia](#)

[Hai dimenticato la password?](#)

[Non sei ancora registrato?](#)

[Entra con SPID](#)

[Torna indietro](#) | [vai alla pagina principale](#)

Registrazione

Se non sei ancora iscritto in Biblioteca, compilando il modulo potrai usufruire dei nostri servizi.

L'iscrizione è riservata alle persone maggiorenni.

Si prega di inserire l'indirizzo di residenza.

Se studente o personale strutturato dell'Università Foro Italico, inserire la propria e-mail istituzionale.

Anagrafica

Cognome*

Nome*

Data di nascita*

Luogo di nascita*

Sesso*

- ☐ Maschile
☐ Femminile

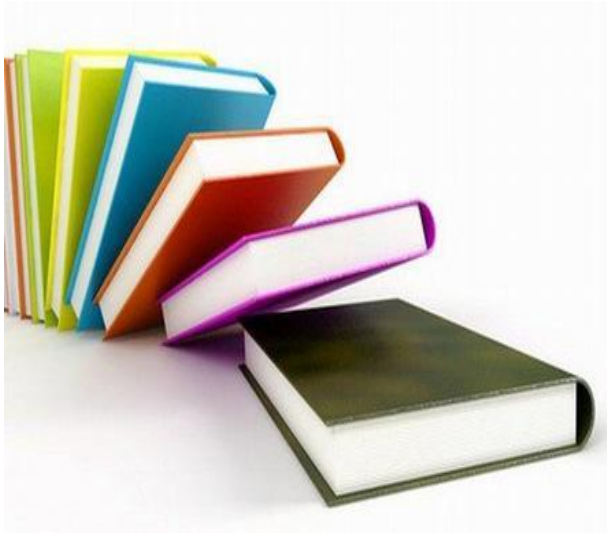
Cittadinanza*

Biblioteca

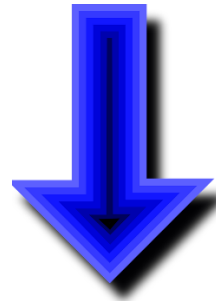
Inviando il modulo, si accetta il trattamento dei dati personali per fini di gestione del servizio, secondo quanto stabilito dalla normativa nazionale (D.Lgs. 30.6.2003 n. 196, Codice in materia di protezione dei dati personali, e successive modifiche) ed europea (Regolamento europeo per la protezione dei dati personali n. 679/2016, GDPR).

Le informazioni personali fornite non saranno in alcun caso pubblicate, comunicate o diffuse a terzi, ma saranno utilizzate solo per l'erogazione dei servizi e per scopi statistici.

What's in the library?



Books



All books suggested
in the *Student Guide*

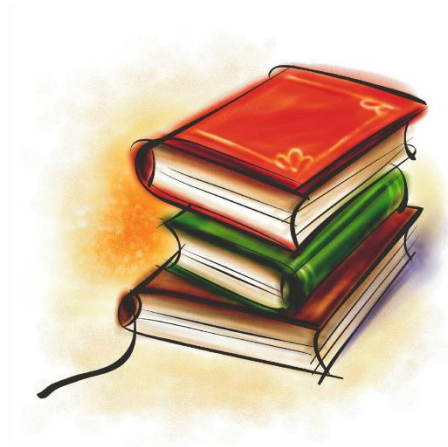
- The *Student Guide* is online at www.uniroma4.it

> Accesso rapido > Offerta didattica -



Borrow a book

MAX 3

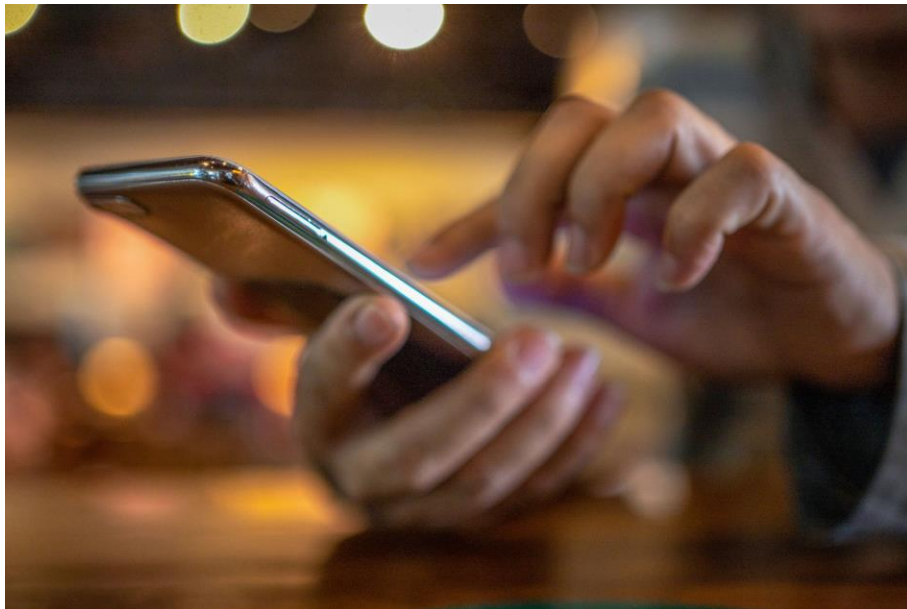


items

for 15 days

Renewals...

You can also extend your loans, **only once**, if they are not overdue and if they have not been reserved by another user.



Call the library at 06-36733**524**

or write an email
to biblioteca@uniroma4.it

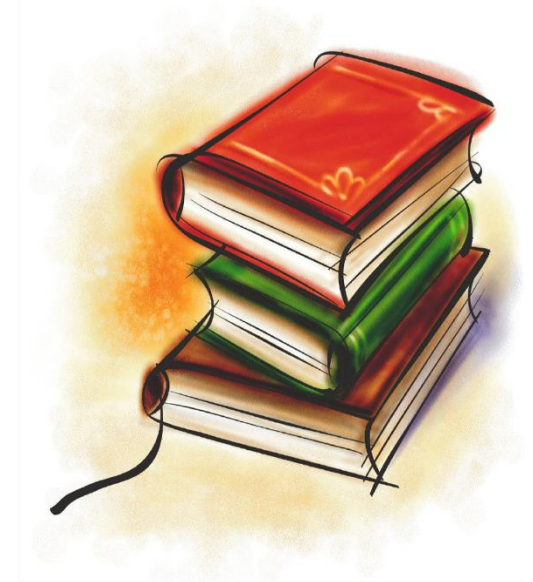
Your loan will be renewed
for **15 days**.

Late return of material



- Please note that **no fines** will be charged for the late return of material but, in case of significant delay, a report will be sent to the **Student Office**.
- You will not be able to ask for any certificate or book any exam until you return all items.

Keep ideas
&
return books



Online resources: e-journals and databases

Online resources
are the primary source of information
for study and **scientific research**.



Access to online resources can be...

Reserved to Università Foro Italico institutional users



who access through Uniroma4



or


Open Access



If you need to use UNIROMA 4



use your institutional credentials



Authentication Required

Please enter your username and password to continue.


Username:

Password:


Online journals...where do I find them?

→ ↻ opac.uniroma4.it/SebinaOpacRMS/.do?sysb=uniroma4


Risorse elettroniche



Cerca il periodico elettronico su Publication Finder




Cerca l'articolo su Full Text Finder




Banche dati

Richiedi l'articolo


Iscriviti a NILDE, il servizio di consegna di articoli di riviste scientifiche, e richiedi l'articolo che ti serve




Altri cataloghi




Periodici cartacei Università Foro Italico



Archivio Nazionale dei Periodici



Servizio Bibliotecario Nazionale




Polo SBN RMS Sapienza
Enti associati


Databases...where do I find them?

→ ↻ 🔒 opac.uniroma4.it/SebinaOpacRMS/.do?sysb=uniroma4


Risorse elettroniche



Cerca il periodico elettronico su Publication Finder




Cerca l'articolo su Full Text Finder




Banche dati

Richiedi l'articolo


Iscriviti a NILDE, il servizio di consegna di articoli di riviste scientifiche, e richiedi l'articolo che ti serve




Altri cataloghi




Periodici cartacei Università Foro Italico



Archivio Nazionale dei Periodici



Servizio Bibliotecario Nazionale



Polo SBN RMS Sapienza Enti associati

Sportdiscus with Full-Text

SIRC – Sport Information Resource Center
Ottawa (Ontario, Canada)



PubMed

U.S. National Library of Medicine
Bethesda (Maryland)



PsycArticles



AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION
Washington DC



**Full-Text
Books & Journals**

ONE Legale – Law database by Wolters Kluwer

- access with username and password -

 Wolters Kluwer



[Home](#) [Ricerca per estremi](#) [Codici Commentati](#) [Experta](#) [Quotidiano](#) [Biblioteca](#) [Servizi](#) **One** **LEGALE**

Cosa stai cercando?



Il Quotidiano Giuridico

24 gennaio 2023

Condizioni di procedibilità

Condizioni di procedibilità: applicabili gli effetti favorevoli della riforma Cartabia

In tema di condizioni di procedibilità, le modificazioni apportate dalla riforma Cartabia - nella parte in cui hanno ampliato l'area dei reati perseguibili a querela includendovi anche i casi di cui agli artt. 640, 61 n. 7 c.p. - nell'ambito di una interpretazione costituzionalmente e convenzionalmente orientata (art. 3 Cost., art. 7 Conv. EDU, art. 49 CDFUE) sono da ritenere applicabili, considerato che in tale finestra temporale possono produrre effetti in bonam partem, ai fini penali, in favore dei ricorrenti dopo la pubblicazione della disciplina in questione, pur se la stessa non sia ancora entrata in vigore. È quanto stabilito dalla Cassazione con sentenza 19 gennaio 2023, n. 2100.

Giurisprudenza di riferimento: Cass. pen. Sez. II, Sent., (ud. 04/11/2022) 19/01/2023, n. 2100

Ultimi documenti pubblicati

Sentenza | 2023

APPELLO CIVILE

Cass. civ., Sez. III, Sent., (data ud. 21/11/2022) 20/01/2023, n. 1765

Normativa nazionale

D.L. 14/01/2023, n. 5, Sommario

Disposizioni urgenti in materia di trasparenza dei prezzi dei carburanti e di rafforzamento dei poteri di controllo del Garante per la sorveglianza dei prezzi, nonché di sostegno per la fruizione del trasporto pubblico.

Pubblicato nella Gazz. Uff. 14 gennaio 2023, n. 11.

Normativa nazionale

Off-campus access to online resources

- Remote access is allowed only for some databases or journals the library subscribes to.
- Each publisher uses different ways to allow off-campus access to its publications.
- There is no single sign-on authentication system from off-campus.
- If you intend to do off-campus bibliographic research, we warmly recommend that you register early to the databases you are interested in, when you are connected to Uniroma4 Wi-Fi.
- Ask librarians!

What if I do not find the article I need?



Ask librarians

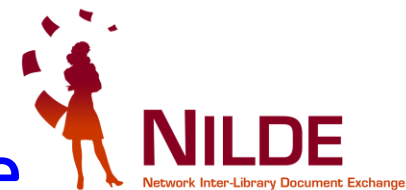
Write to dd.biblioteca@uniroma4.it or use our *document delivery* service **NILDE**.

You need to specify all bibliographic details of the article.

We will ask other libraries.


It's free of charge and usually takes max 3 days (often 1 day)

Asking articles to other libraries. Subscribe to our document delivery service




→ ↻ opac.uniroma4.it/SebinaOpacRMS/.do?sysb=uniroma4


Risorse elettroniche



Cerca il periodico elettronico su Publication Finder




Cerca l'articolo su Full Text Finder




Banche dati

Richiedi l'articolo


Iscriviti a NILDE, il servizio di consegna di articoli di riviste scientifiche, e richiedi l'articolo che ti serve




Altri cataloghi




Periodici cartacei Università Foro Italico



Archivio Nazionale dei Periodici

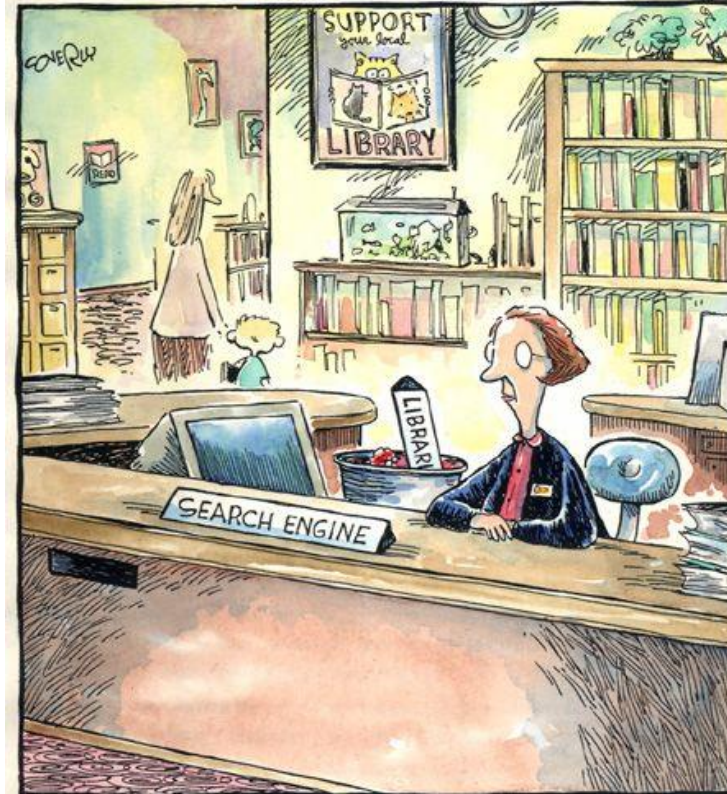


Servizio Bibliotecario Nazionale



Polo SBN RMS Sapienza
Enti associati

We are always glad to help



Enjoy your stay in Rome and get in touch!

biblioteca@uniroma4.it

06-36733534/310