



Agorà Performance Lab (APL) è il progetto di **Agorà Medical** dedicato alla **performance sportiva e al miglioramento delle capacità atletiche**, pensato per **atleti professionisti e amatoriali** che vogliono allenarsi in modo sicuro, efficace e scientificamente guidato. Il nostro approccio integra valutazioni oggettive, tecnologia avanzata e programmi personalizzati per massimizzare la **forza, la potenza, la resistenza e la velocità**, riducendo al contempo il **rischio di infortuni**.

All'interno di APL si utilizzano strumenti all'avanguardia come le **pedane di forza** e i sensori inerziali Gyko, che permettono di raccogliere dati precisi su **salti, forza esplosiva, equilibrio, simmetrie muscolari e reattività**. Queste informazioni sono fondamentali per impostare programmi di allenamento mirati e personalizzati, pensati per correggere eventuali deficit, ottimizzare la tecnica e potenziare le performance atletiche.

Agorà Performance Lab non è solo un progetto di valutazione, ma un vero e proprio percorso di **ottimizzazione delle prestazioni**, dove ogni atleta viene seguito da professionisti qualificati che analizzano i dati, impostano schede di allenamento personalizzate e monitorano i progressi nel tempo. Il lavoro prevede:

- **Valutazione iniziale completa** per definire punti di forza, debolezze e fattori di rischio
- **Programmazione dell'allenamento personalizzata**, con esercizi calibrati su obiettivi specifici di performance e prevenzione infortuni
- **Monitoraggio continuo** dei progressi e rivalutazioni periodiche per aggiornare il piano di lavoro
- **Analisi delle simmetrie e della tecnica** per ridurre il rischio di infortuni e migliorare l'efficienza del gesto atletico

Agorà Performance Lab rappresenta il punto di incontro tra scienza dello sport, tecnologia avanzata e professionalità specializzata, offrendo un percorso completo di **valutazione, allenamento e prevenzione** per raggiungere gli obiettivi personali e ottenere il massimo dalla propria performance atletica.