



## **Sede, contatti**

Studio Fisioterapico Montani

Via Scardini, 31 – 28891 Cesara (VB)

P.IVA: 02428410035

Cell: 3484277304

E-mail: [riccardomontani.fisio@gmail.com](mailto:riccardomontani.fisio@gmail.com)

## **Breve presentazione**

Riccardo Montani nasce a Omegna (VB) il 20 ottobre 1992.

Appassionato fin da ragazzo di sport e natura, superato il liceo scientifico decide di iscriversi al test di fisioterapia e di lasciare il calcio per dedicarsi in modo più libero al podismo.

Consegue la Laurea in Fisioterapia nel 2014 a Novara con votazione 108/110 e poco dopo inizia a lavorare come fisioterapista presso l'Istituto Auxologico Italiano di Piancavallo (VB) e a seguire l'A.S.D. San Pietro Gravello Calcio (Seconda cat.).

L'anno successivo si iscrive alla Scuola Specialistica GSTM in Fisioterapia Ortokinetic di Milano (formazione specialistica in Terapia Manuale e Fisioterapia Neuro-Muscoloscheletrica) e partecipa a diverse gare di trailrunning e skyrunning, conquistando tra l'altro il titolo di Campione Italiano U23 di Skymarathon nella gara Sentiero 4 luglio a Corteno Golgi (BS) e di Vicecampione Italiano U23 di Ultraskymarathon al Tartufo Trail a Calestano (PR). Grazie a questi successi entra in contatto con la Federazione Italiana Skyrunning (FISky) che lo convoca nel team italiano per partecipare al Test Event ISF sul Gran Sasso.

Nel 2016 apre il suo Studio Professionale a Cesara (VB).

Attualmente è fisioterapista della Nazionale Italiana Assoluta e Giovanile di Skyrunning, con le quali rispettivamente ha preso parte agli Skyrunning World Championships 2016 (Vall de Boí, Lleida, Spain) e agli Youth World Skyrunning Championship 2016 (Gran Sasso, L'Aquila, Italy), e dell'A.S.D. Omegna Calcio 1906 (Promozione). Al contempo prosegue il suo cammino di specializzazione e aggiornamento.

## **Servizi offerti**

*Nello specifico:*

Terapia manuale NeuroMuscoloScheletrica (mobilizzazioni e manipolazioni articolari, neurodinamica, massoterapia e tecniche miofasciali e muscolari (Muscle Energy, trattamento trigger points, stretching))

Esercizio specifico

Controllo motorio e Core Stability

Bendaggio funzionale e Taping Neuro Muscolare (TNM)

*Più in generale:*

Riabilitazione ortopedica e post-operatoria

Riabilitazione neurologica

Recupero infortuni sportivi

Rieducazione posturale

## **Convenzioni**

Lo Studio Fisioterapico Montani ha stipulato una convenzione con la FISky tesa a favorire eventuali esigenze di atleti che necessitino di un servizio fisioterapico. Sarà applicato uno sconto pari al 20% sulle normali tariffe a tutti gli atleti tesserati con FISKY.



Handwritten signature of Riccardo Montani in black ink.