

2019 FIA KARTING BEST-OF: RETURN OF TRAINING TO THE ACADEMY TROPHY WITH FORMULA MEDICINE.

25 Mar 2020



Originally, the FIA Karting Academy Trophy included an educational part that was evaluated on interactive kiosks before each Competition. In 2019, youth training made a comeback through an effective collaboration with Formula Medicine.

Formula Medicine is a Driver training organisation created more than 30 years ago by Dr. Riccardo Ceccarelli. It is characterised by extraordinary experience and a scientific approach based on solid medical bases and constant evolution. Its area of expertise ranges from karting to Formula 1, having worked with more than 1,500 drivers, around 200 each year.

DR. RICCARDO CECCARELLI EXPLAINS THE FORMAT OF THE TRAINING

"We are used to working individually or in a small group. So we imagined a different operation for the 51 Drivers of the Academy. We limited the amount of presentations to the full group to focus on the smaller workshops with three 45-minute sessions per Competition. This allowed us to address various topics such as nutrition, mental preparation and reflexes and physical preparation during various activities during which the active participation of the young people was constantly needed.

We were pleasantly surprised by their overall interest. The young people immediately realised that the topics could help them become true sportsmen and that their performances behind the wheel would be improved. Drivers generally do not realise that they compete in a demanding sport and that full preparation

is essential to progress.

We can draw a very positive assessment of this first experience. Of course, these young people have a long way to go on their own, but I am sure we have opened the minds of most to an area they did not have any experience of. That was our main goal and we reached it. I want to thank the FIA for giving us this opportunity."

RETOUR DE LA FORMATION DANS LE TROPHÉE ACADEMIE AVEC FORMULA MEDICINE

A l'origine, le Trophée Académie FIA Karting comportait une partie éducative qui était évaluée sur des bornes interactives avant chaque Compétition. En 2019, la formation des jeunes a effectué son grand retour grâce à une collaboration efficace avec Formula Medicine.

Formula Medicine est une structure d'entraînement de pilotes créée il y a plus de 30 ans par le Dr Riccardo Ceccarelli. Elle se caractérise par une expérience hors du commun et une approche scientifique s'appuyant sur des bases médicales solides et une constante évolution. Son domaine d'expertise s'étend du karting à la Formule 1, ayant touché plus de 1500 pilotes, dont environ 200 sont suivis chaque année.

LE DR RICCARDO CECCARELLI EXPLIQUE LE DÉROULEMENT DE LA FORMATION

« Nous avons l'habitude de travailler individuellement ou en groupe restreint. Nous avons donc imaginé un fonctionnement différent pour les 51 pilotes de l'Académie. Nous avons volontairement limité les exposés en groupe complet pour privilégier les ateliers en plus petit nombre à raison de trois sessions de 45 minutes par épreuve. Cela nous a permis d'aborder des sujets variés comme le nutrition, le mental et les réflexes ou encore la préparation physique lors de différentes activités pendant lesquels la participation active des jeunes était constamment sollicitée.

Nous avons été agréablement surpris par leur intérêt global. Les jeunes ont tout de suite compris que les sujets abordés pouvaient les aider devenir facilement de véritables sportifs et que leurs performances derrière le volant allaient s'en ressentir. Les pilotes se rendent généralement pas compte par eux-même qu'ils pratiquent un sport exigeant et qu'une préparation complète est indispensable pour progresser.

Nous pouvons dresser un bilan très positif de cette première expérience. Bien entendu, il reste à ces jeunes un long chemin à parcourir par eux-mêmes, mais je suis certain que nous avons ouvert l'esprit de la plupart à un domaine qu'ils ne soupçonnaient pas. C'était notre but principal et nous l'avons atteint. Je tiens à remercier la FIA de nous avoir donné cette opportunité. »