European Strength and Conditioning Journal

Instructions for Authors

Istruzioni per gli autori

Everything you need to prepare and submit an article to the ESCJ.

Tutto ciò che serve per preparare e proporre un articolo all'ESCJ.

English version →

Versione italiana →

Published by NSCA Italy – Obiettivo Performance
Official publication of the NSCA European affiliates | www.nsca.it

English version

1. Aims and Scope

The European Strength and Conditioning Journal (ESCJ) is the professional publication of the NSCA European affiliates. Its mission is to bridge the gap between scientific evidence and professional practice by providing strength and conditioning coaches, sport scientists, physical therapists, educators, and other practitioners with relevant, evidence-informed, and practically applicable information.

The Journal aims to disseminate knowledge that can directly inform coaching decisions, improve training practices, and advance the professional development of the strength and conditioning community.

The ESCJ welcomes contributions that translate scientific evidence into practical applications, share professional expertise, examine contemporary training methodologies, and provide innovative solutions to challenges encountered in applied sport and exercise settings.

The primary focus of the Journal is the application of knowledge rather than the publication of original scientific investigations. Contributions should emphasize the translation of research into practice, providing readers with actionable information that can be implemented in professional settings.

The Journal particularly encourages interdisciplinary collaboration and contributions from professionals working across different sporting, educational, clinical, and exercise environments.

2. Types of Articles

The ESCJ welcomes submissions in the following categories:

A. Practical Applications

Articles translating established scientific evidence into practical recommendations for strength and conditioning professionals. Topics may include exercise prescription, training methodology, athlete development, strength and power training, conditioning, and performance optimization.

B. Training Methodology and Program Design

Articles examining the principles and practical implementation of training programs across different sports, populations, and performance levels.

Contributions may address:

- Resistance training program design.
- Periodization and long-term athlete development.
- Exercise selection and sequencing.
- Training intensity, volume, and frequency.
- Strength, power, speed, and conditioning development.
- Concurrent training and recovery strategies.
- Individualization of training programs.

C. Testing, Assessment, and Monitoring

Articles describing and evaluating practical approaches to athlete testing, performance assessment, and training monitoring.

Topics may include:

- Strength and power assessment.
- Sprinting, jumping, and change-of-direction testing.
- Neuromuscular assessment.
- Velocity-based training and monitoring.
- Force-time analysis.
- Athlete readiness and fatigue monitoring.
- Technology and equipment used in performance assessment.
- Interpretation and practical application of testing data.

D. Coaching Techniques and Exercise Applications

Articles presenting practical coaching strategies, exercise progressions, technical considerations, and innovative training applications.

Contributions should provide clear instructions and relevant coaching considerations that practitioners can implement in their own settings.

E. Special Populations and Applied Settings

Articles addressing the specific needs of different athletic and non-athletic populations, including:

- Youth and adolescent athletes.
- Collegiate and professional athletes.
- Masters and older adults.
- Tactical populations.
- Recreationally trained individuals.
- Individuals returning to training following injury.

F. Case Studies and Applied Performance Reports

Articles describing the implementation of strength and conditioning programs within real-world sporting or professional environments.

These contributions may examine individual athletes, teams, training interventions, testing strategies, or performance-development processes.

The emphasis should be on the practical lessons, decision-making processes, challenges, and outcomes that can inform other practitioners.

G. Evidence-Based Reviews and Contemporary Topics

Narrative and topical reviews examining relevant developments in strength and conditioning and related disciplines.

These articles should provide a balanced synthesis of the available scientific literature and translate the evidence into clear recommendations for professional practice.

H. Professional Perspectives and Interdisciplinary Practice

Articles addressing professional development, coaching philosophy, interdisciplinary collaboration, education, professional standards, and emerging challenges within the strength and conditioning profession.

3. General Author Guidelines

All submissions must represent original work and must not have been previously published or be under consideration by another publication.

Articles should be written primarily for strength and conditioning practitioners. Authors should use clear, concise, and accessible language while maintaining scientific accuracy and professional standards.

Submissions should:

- Address a clearly defined topic relevant to strength and conditioning.
- Be supported by appropriate scientific literature and professional evidence.
- Provide meaningful practical recommendations.
- Include examples, coaching considerations, or applied strategies whenever appropriate.
- Offer clear take-home messages that readers can implement in their professional practice.

The ESCJ encourages contributions from experienced practitioners, researchers, educators, and professionals working across different sporting and exercise environments.

A formal academic research background is not a prerequisite for submission. However, all contributions must demonstrate appropriate scientific rigor, accuracy, and relevance.

4. Manuscript Length

The following word counts are recommended editorial targets for manuscript preparation:

Article category	Recommended length
Practical Applications	2,000–3,000 words
Evidence-Based Reviews	3,000–4,000 words
Case Studies and Applied Reports	1,500–2,500 words
Technical Articles	1,500–2,500 words
Professional Perspectives	1,500–2,500 words

Word counts refer to the main manuscript text and exclude references, tables, and figure captions.

The editorial team may consider manuscripts outside these ranges when the subject matter and quality of the contribution justify additional length.

5. Manuscript Preparation

Manuscripts must be written in English and submitted as editable Microsoft Word (.doc or .docx) files.

The following general formatting requirements apply:

- Use a clear and descriptive manuscript title.
- Identify all authors and their institutional or professional affiliations.
- Include the corresponding author’s contact information.
- Organize the manuscript using appropriate headings and subheadings.
- Define abbreviations at their first occurrence.
- Use standard scientific terminology and SI units of measurement.
- Include appropriate citations and references throughout the manuscript.

Authors should avoid unnecessarily technical language and excessive statistical detail unless these are essential to the topic.

The writing style should be informative, engaging, and accessible to an international professional audience.

6. Recommended Article Structure

The structure may vary according to the article category. However, the following format is recommended for most practical contributions.

Title

A concise and informative title that clearly identifies the topic and its practical relevance.

Abstract

A brief summary of the article, outlining its purpose, main topics, and principal practical recommendations.

Keywords

Three to five keywords describing the main subject areas of the contribution.

Introduction

Introduce the topic, explain its relevance to strength and conditioning practice, and identify the specific problem or professional question addressed.

Background and Scientific Rationale

Present the relevant scientific evidence and professional context supporting the topic. Authors should prioritize relevant peer-reviewed literature and current evidence.

Practical Applications

This section should represent the central component of the article.

Authors should explain how the information can be translated into professional practice, including practical recommendations, coaching strategies, training examples, assessment protocols, or implementation guidelines.

Coaching Considerations

Where appropriate, discuss relevant technical considerations, common mistakes, individualization strategies, limitations, and recommendations for different populations or sporting contexts.

Conclusions and Key Takeaways

Summarize the main messages and provide clear recommendations that practitioners can apply in their daily work.

References

Include all scientific and professional sources cited in the manuscript.

Authors may adapt these sections according to the nature and objectives of their contribution.

7. Tables, Figures, and Supporting Materials

The ESCJ encourages the use of visual material to improve the clarity and practical value of submitted articles.

Authors are encouraged to include:

- Training program examples and programming tables.
- Exercise illustrations and technical sequences.
- Testing protocols and assessment procedures.
- Practical flowcharts and decision-making models.
- Graphs and visual representations of relevant data.
- Photographs demonstrating exercise techniques or equipment applications.

All tables and figures must:

- Be numbered consecutively.
- Include descriptive titles or captions.
- Be referenced within the manuscript.
- Be submitted in an appropriate editable or high-resolution format.

Tables must be editable rather than submitted as screenshots.

Figures and photographs should be supplied as separate high-resolution files, with a minimum resolution of 300 dpi.

Authors are responsible for obtaining permission to reproduce any copyrighted images, figures, tables, or other previously published material.

8. References and Scientific Support

All articles must be appropriately supported by scientific literature and credible professional sources.

Authors should prioritize peer-reviewed publications, established scientific guidelines, consensus statements, and relevant professional position statements.

References should follow the referencing style adopted by the Journal, consistent with NSCA publication standards.

References should be numbered alphabetically and cited in the manuscript text using their corresponding reference numbers.

Authors should ensure that:

- Every reference cited in the text appears in the reference list.
- Every reference in the reference list is cited in the manuscript.
- Bibliographic information is complete and accurate.
- Journal titles, author names, publication years, volume numbers, page ranges, and DOIs, when available, are correctly reported.

The ESCJ encourages authors to use current literature while also recognizing foundational publications that have contributed significantly to the development of strength and conditioning practice.

9. Ethical Considerations and Disclosures

Authors must ensure that all submitted material complies with applicable ethical and professional standards.

For articles describing case studies or interventions involving identifiable athletes or participants, appropriate informed consent and permission for publication must be obtained.

Where applicable, authors must disclose:

- Financial support or funding.
- Potential conflicts of interest.
- Commercial relationships with manufacturers or organizations.
- Relevant institutional or professional affiliations.

Authors must ensure that commercial interests do not compromise the objectivity or integrity of their contributions.

10. Originality and Previously Published Material

All submitted manuscripts must be original contributions and must not be simultaneously submitted to another publication.

Authors are responsible for obtaining written permission to reproduce previously published material, including figures, tables, photographs, and substantial portions of copyrighted text.

Articles adapted from previously published work may be considered only when the necessary permissions have been obtained and the editorial team has approved the proposed contribution.

11. Editorial and Peer-Review Process

The ESCJ is committed to maintaining a peer-reviewed editorial process that ensures the quality, accuracy, relevance, and practical value of published contributions.

All submissions will undergo an initial editorial assessment by the Editor-in-Chief or a designated member of the Editorial Board to determine their suitability for the Journal.

Manuscripts considered suitable will be evaluated through peer review by qualified professionals with relevant expertise in the subject area.

The review process will assess:

- Relevance to strength and conditioning practice.
- Scientific accuracy and quality of supporting evidence.
- Clarity and organization of the manuscript.
- Practical applicability of the recommendations.
- Originality and contribution to professional knowledge.
- Quality of supporting figures, tables, and practical examples.

The editorial team may request revisions before reaching a final decision.

Possible editorial decisions include acceptance, acceptance subject to revisions, invitation to resubmit following substantial revisions, or rejection.

The Editor-in-Chief and Editorial Board retain final authority over the acceptance, revision, or rejection of submitted manuscripts.

12. Submission

> **How to submit**
> Once your manuscript is ready, send it by email to **riccardo.villa@nsca.it**. You will then be contacted by **Antonio Squillante**, Editor-in-Chief of the ESCJ.

Authors should ensure that all required documents, figures, tables, and supporting materials are included with their submission.

The corresponding author will serve as the primary contact throughout the editorial process.

Submission of a manuscript does not guarantee acceptance or publication.

13. Disclaimer

The opinions and recommendations expressed in published articles are those of the respective authors and do not necessarily reflect the views or positions of the European Strength and Conditioning Journal, the National Strength and Conditioning Association, or its European affiliates.

Authors retain responsibility for the accuracy, integrity, and interpretation of the information presented in their contributions.

European Strength and Conditioning Journal (ESCJ)
Published by NSCA Italy – Obiettivo Performance
Official publication of the NSCA European affiliates
Website: www.nsca.it

Versione italiana

1. Finalità e ambito

L'European Strength and Conditioning Journal (ESCJ) è la pubblicazione professionale delle affiliate europee della NSCA. La sua missione è colmare il divario tra evidenza scientifica e pratica professionale, offrendo a preparatori fisici, sport scientist, fisioterapisti, docenti e altri professionisti informazioni pertinenti, fondate sulle evidenze e applicabili nella pratica.

La rivista si propone di diffondere conoscenze in grado di orientare direttamente le decisioni di coaching, migliorare le pratiche di allenamento e favorire lo sviluppo professionale della comunità dello strength and conditioning.

L'ESCJ accoglie contributi che traducano l'evidenza scientifica in applicazioni pratiche, condividano competenze professionali, analizzino le metodologie di allenamento contemporanee e propongano soluzioni innovative alle sfide che si incontrano nei contesti applicati dello sport e dell'esercizio fisico.

L'obiettivo primario della rivista è l'applicazione delle conoscenze, più che la pubblicazione di ricerche scientifiche originali. I contributi devono privilegiare il trasferimento della ricerca nella pratica, fornendo ai lettori informazioni concrete da utilizzare in ambito professionale.

La rivista incoraggia in particolare la collaborazione interdisciplinare e i contributi di professionisti che operano in diversi contesti sportivi, educativi, clinici e dell'esercizio fisico.

2. Tipologie di articoli

L'ESCJ accoglie proposte nelle seguenti categorie:

A. Applicazioni pratiche

Articoli che traducono evidenze scientifiche consolidate in raccomandazioni pratiche per i professionisti dello strength and conditioning. Gli argomenti possono includere la prescrizione dell'esercizio, la metodologia dell'allenamento, lo sviluppo dell'atleta, l'allenamento della forza e della potenza, il condizionamento e l'ottimizzazione della prestazione.

B. Metodologia dell'allenamento e progettazione dei programmi

Articoli che esaminano i principi e l'attuazione pratica dei programmi di allenamento in diversi sport, popolazioni e livelli di prestazione.

I contributi possono trattare:

- Progettazione di programmi di allenamento contro resistenza.
- Periodizzazione e sviluppo dell'atleta a lungo termine.
- Selezione e sequenza degli esercizi.
- Intensità, volume e frequenza dell'allenamento.
- Sviluppo di forza, potenza, velocità e condizionamento.
- Allenamento concorrente e strategie di recupero.
- Individualizzazione dei programmi di allenamento.

C. Test, valutazione e monitoraggio

Articoli che descrivono e valutano approcci pratici ai test sugli atleti, alla valutazione della prestazione e al monitoraggio dell'allenamento.

Gli argomenti possono includere:

- Valutazione della forza e della potenza.
- Test di sprint, salto e cambio di direzione.
- Valutazione neuromuscolare.
- Allenamento e monitoraggio basati sulla velocità (velocity-based training).
- Analisi forza-tempo.
- Monitoraggio dello stato di prontezza e della fatica dell'atleta.
- Tecnologie e attrezzature per la valutazione della prestazione.
- Interpretazione e applicazione pratica dei dati dei test.

D. Tecniche di coaching e applicazioni degli esercizi

Articoli che presentano strategie pratiche di coaching, progressioni degli esercizi, considerazioni tecniche e applicazioni innovative dell'allenamento.

I contributi devono fornire istruzioni chiare e indicazioni di coaching pertinenti, che i professionisti possano applicare nei propri contesti.

E. Popolazioni speciali e contesti applicati

Articoli che affrontano le esigenze specifiche di diverse popolazioni, atletiche e non, tra cui:

- Atleti giovani e adolescenti.
- Atleti universitari e professionisti.
- Atleti master e anziani.
- Popolazioni tattiche.
- Persone allenate a livello amatoriale.
- Persone che riprendono l'allenamento dopo un infortunio.

F. Casi studio e report applicati sulla prestazione

Articoli che descrivono l'attuazione di programmi di strength and conditioning in contesti sportivi o professionali reali.

Questi contributi possono esaminare singoli atleti, squadre, interventi di allenamento, strategie di valutazione o processi di sviluppo della prestazione.

L'attenzione deve concentrarsi sugli insegnamenti pratici, sui processi decisionali, sulle difficoltà e sui risultati che possono essere utili ad altri professionisti.

G. Revisioni basate sulle evidenze e temi attuali

Revisioni narrative e tematiche che esaminano gli sviluppi rilevanti nello strength and conditioning e nelle discipline correlate.

Questi articoli devono offrire una sintesi equilibrata della letteratura scientifica disponibile e tradurre le evidenze in raccomandazioni chiare per la pratica professionale.

H. Prospettive professionali e pratica interdisciplinare

Articoli che trattano lo sviluppo professionale, la filosofia di coaching, la collaborazione interdisciplinare, la formazione, gli standard professionali e le sfide emergenti della professione.

3. Linee guida generali per gli autori

Tutte le proposte devono essere lavori originali, non pubblicati in precedenza né in valutazione presso altre pubblicazioni.

Gli articoli devono rivolgersi principalmente ai professionisti dello strength and conditioning. Gli autori devono usare un linguaggio chiaro, conciso e accessibile, mantenendo accuratezza scientifica e standard professionali.

Le proposte devono:

- Affrontare un argomento chiaramente definito e rilevante per lo strength and conditioning.
- Essere supportate da letteratura scientifica ed evidenze professionali adeguate.
- Fornire raccomandazioni pratiche significative.
- Includere, quando opportuno, esempi, indicazioni di coaching o strategie applicate.
- Offrire messaggi chiave chiari, che i lettori possano applicare nella propria attività professionale.

L'ESCJ incoraggia i contributi di professionisti esperti, ricercatori, docenti e operatori attivi in diversi contesti sportivi e dell'esercizio fisico.

Un percorso formale di ricerca accademica non è un requisito per inviare una proposta. Tutti i contributi devono tuttavia dimostrare adeguato rigore scientifico, accuratezza e pertinenza.

4. Lunghezza del manoscritto

I seguenti conteggi di parole sono gli obiettivi editoriali raccomandati per la preparazione del manoscritto:

Categoria di articolo	Lunghezza raccomandata
Applicazioni pratiche	2.000–3.000 parole
Revisioni basate sulle evidenze	3.000–4.000 parole
Casi studio e report applicati	1.500–2.500 parole
Articoli tecnici	1.500–2.500 parole
Prospettive professionali	1.500–2.500 parole

I conteggi si riferiscono al testo principale del manoscritto ed escludono bibliografia, tabelle e didascalie delle figure.

La redazione può prendere in considerazione manoscritti al di fuori di questi intervalli quando l'argomento e la qualità del contributo giustificano una maggiore lunghezza.

5. Preparazione del manoscritto

I manoscritti devono essere redatti in inglese e inviati come file Microsoft Word modificabili (.doc o .docx).

Si applicano i seguenti requisiti generali di formattazione:

- Utilizzare un titolo chiaro e descrittivo.
- Indicare tutti gli autori e le rispettive affiliazioni istituzionali o professionali.
- Includere i recapiti dell'autore di riferimento (corresponding author).
- Organizzare il manoscritto con titoli e sottotitoli adeguati.
- Definire le abbreviazioni alla loro prima occorrenza.
- Utilizzare la terminologia scientifica standard e le unità di misura del Sistema Internazionale.
- Inserire citazioni e riferimenti bibliografici adeguati in tutto il manoscritto.

Gli autori devono evitare un linguaggio inutilmente tecnico e dettagli statistici eccessivi, salvo quando siano essenziali per l'argomento.

Lo stile di scrittura deve essere informativo, coinvolgente e accessibile a un pubblico professionale internazionale.

6. Struttura raccomandata dell'articolo

La struttura può variare in base alla categoria dell'articolo. Per la maggior parte dei contributi pratici si raccomanda comunque il formato seguente.

Titolo

Un titolo conciso e informativo, che identifichi chiaramente l'argomento e la sua rilevanza pratica.

Abstract

Una breve sintesi dell'articolo, che ne illustri lo scopo, i temi principali e le principali raccomandazioni pratiche.

Parole chiave

Da tre a cinque parole chiave che descrivano le principali aree tematiche del contributo.

Introduzione

Presentare l'argomento, spiegarne la rilevanza per la pratica dello strength and conditioning e identificare il problema specifico o la questione professionale affrontata.

Contesto e razionale scientifico

Presentare le evidenze scientifiche e il contesto professionale a supporto dell'argomento. Gli autori devono privilegiare la letteratura peer-reviewed pertinente e le evidenze attuali.

Applicazioni pratiche

Questa sezione deve costituire la parte centrale dell'articolo.

Gli autori devono spiegare come tradurre le informazioni nella pratica professionale, includendo raccomandazioni pratiche, strategie di coaching, esempi di allenamento, protocolli di valutazione o indicazioni di attuazione.

Considerazioni di coaching

Quando opportuno, discutere le considerazioni tecniche rilevanti, gli errori comuni, le strategie di individualizzazione, i limiti e le raccomandazioni per diverse popolazioni o contesti sportivi.

Conclusioni e messaggi chiave

Riassumere i messaggi principali e fornire raccomandazioni chiare, che i professionisti possano applicare nel lavoro quotidiano.

Bibliografia

Includere tutte le fonti scientifiche e professionali citate nel manoscritto.

Gli autori possono adattare queste sezioni in base alla natura e agli obiettivi del proprio contributo.

7. Tabelle, figure e materiali di supporto

L'ESCJ incoraggia l'uso di materiale visivo per migliorare la chiarezza e il valore pratico degli articoli proposti.

Gli autori sono invitati a includere:

- Esempi di programmi di allenamento e tabelle di programmazione.
- Illustrazioni degli esercizi e sequenze tecniche.
- Protocolli di test e procedure di valutazione.
- Diagrammi di flusso pratici e modelli decisionali.
- Grafici e rappresentazioni visive dei dati rilevanti.
- Fotografie che mostrino tecniche di esecuzione o applicazioni delle attrezzature.

Tutte le tabelle e le figure devono:

- Essere numerate progressivamente.
- Avere titoli o didascalie descrittive.
- Essere richiamate nel testo del manoscritto.
- Essere inviate in un formato modificabile o ad alta risoluzione adeguato.

Le tabelle devono essere modificabili e non inviate come screenshot.

Figure e fotografie devono essere fornite come file separati ad alta risoluzione, con una risoluzione minima di 300 dpi.

Gli autori sono responsabili dell'ottenimento dell'autorizzazione a riprodurre immagini, figure, tabelle o altro materiale protetto da copyright o già pubblicato.

8. Bibliografia e supporto scientifico

Tutti gli articoli devono essere adeguatamente supportati da letteratura scientifica e fonti professionali attendibili.

Gli autori devono privilegiare pubblicazioni peer-reviewed, linee guida scientifiche riconosciute, consensus statement e position statement professionali pertinenti.

I riferimenti bibliografici devono seguire lo stile adottato dalla rivista, in linea con gli standard di pubblicazione NSCA.

I riferimenti devono essere numerati in ordine alfabetico e citati nel testo con il numero corrispondente.

Gli autori devono assicurarsi che:

- Ogni riferimento citato nel testo compaia nell'elenco bibliografico.
- Ogni voce dell'elenco bibliografico sia citata nel manoscritto.
- Le informazioni bibliografiche siano complete e accurate.
- Titoli delle riviste, nomi degli autori, anni di pubblicazione, numeri di volume, intervalli di pagine e DOI, quando disponibili, siano riportati correttamente.

L’ESCJ incoraggia l’uso di letteratura aggiornata, riconoscendo al tempo stesso le pubblicazioni fondamentali che hanno contribuito in modo significativo allo sviluppo della pratica dello strength and conditioning.

9. Aspetti etici e dichiarazioni

Gli autori devono assicurarsi che tutto il materiale inviato rispetti gli standard etici e professionali applicabili.

Per gli articoli che descrivono casi studio o interventi con atleti o partecipanti identificabili, è necessario ottenere un adeguato consenso informato e l’autorizzazione alla pubblicazione.

Ove applicabile, gli autori devono dichiarare:

- Sostegni finanziari o finanziamenti.
- Potenziali conflitti di interesse.
- Rapporti commerciali con produttori o organizzazioni.
- Affiliazioni istituzionali o professionali rilevanti.

Gli autori devono garantire che gli interessi commerciali non compromettano l’obiettività o l’integrità dei propri contributi.

10. Originalità e materiale già pubblicato

Tutti i manoscritti inviati devono essere contributi originali e non possono essere proposti contemporaneamente ad altre pubblicazioni.

Gli autori sono responsabili dell’ottenimento dell’autorizzazione scritta a riprodurre materiale già pubblicato, comprese figure, tabelle, fotografie e parti sostanziali di testi protetti da copyright.

Gli articoli adattati da lavori già pubblicati possono essere presi in considerazione solo dopo l’ottenimento delle autorizzazioni necessarie e l’approvazione del contributo proposto da parte della redazione.

11. Processo editoriale e di peer review

L’ESCJ si impegna a mantenere un processo editoriale con peer review che garantisca la qualità, l’accuratezza, la pertinenza e il valore pratico dei contributi pubblicati.

Tutte le proposte saranno sottoposte a una valutazione editoriale iniziale da parte dell’Editor-in-Chief o di un membro designato dell’Editorial Board, per stabilirne l’idoneità alla rivista.

I manoscritti ritenuti idonei saranno valutati tramite peer review da professionisti qualificati, con competenze pertinenti nell’area tematica.

La revisione valuterà:

- La pertinenza rispetto alla pratica dello strength and conditioning.
- L’accuratezza scientifica e la qualità delle evidenze a supporto.
- La chiarezza e l’organizzazione del manoscritto.
- L’applicabilità pratica delle raccomandazioni.
- L’originalità e il contributo alla conoscenza professionale.
- La qualità di figure, tabelle ed esempi pratici a supporto.

La redazione può richiedere revisioni prima di giungere a una decisione definitiva.

Le possibili decisioni editoriali includono l’accettazione, l’accettazione subordinata a revisioni, l’invito a inviare nuovamente il lavoro dopo revisioni sostanziali, oppure il rifiuto.

L’Editor-in-Chief e l’Editorial Board mantengono l’autorità finale sull’accettazione, sulla revisione o sul rifiuto dei manoscritti proposti.

12. Invio

> **Come inviare il manoscritto**
> Una volta pronto, il manoscritto va inviato via email a **riccardo.villa@nsca.it**. Successivamente l’autore verrà ricontattato da **Antonio Squillante**, Editor-in-Chief dell’ESCJ.

Gli autori devono assicurarsi di includere nell’invio tutti i documenti, le figure, le tabelle e i materiali di supporto richiesti.

L’autore di riferimento sarà il contatto principale durante tutto il processo editoriale.

L’invio di un manoscritto non ne garantisce l’accettazione né la pubblicazione.

13. Esclusione di responsabilità

Le opinioni e le raccomandazioni espresse negli articoli pubblicati sono quelle dei rispettivi autori e non riflettono necessariamente le posizioni dell’European Strength and Conditioning Journal, della National Strength and Conditioning Association o delle sue affiliate europee.

Gli autori restano responsabili dell’accuratezza, dell’integrità e dell’interpretazione delle informazioni presentate nei propri contributi.

European Strength and Conditioning Journal (ESCJ)
Pubblicato da NSCA Italy – Obiettivo Performance
Pubblicazione ufficiale delle affiliate europee della NSCA
Sito web: www.nsca.it