



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Toscano

**mercoledì 28 Agosto ore 21.15**

Tirrenia Sala Riunioni Centro Preparazione Olimpica

Il Comitato Regionale Toscano FIDAL, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizzano una tavola rotonda dal titolo:

## **“La Multilateralità nell’Allenamento della Marcia”**

Conduzione: prof. Marco Ugolini, responsabile del settore marcia del Comitato Regionale Toscano della Federazione Italiana di Atletica Leggera

Orario: Ore 21.15 Introduzione di Marco Ugolini  
Ore 21.45 Tavola Rotonda e dibattito

*Durante la tavola rotonda verrà discussa la possibilità di utilizzare mezzi di allenamento non specifici per l’allenamento della marcia individuando quelli che possono influenzare maggiormente lo sviluppo tecnico e la prestazione del giovane atleta*

*La partecipazione alla tavola rotonda darà diritto all’acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera*



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale Toscano

## **Sabato 31 Agosto ore 14.30**

Tirrenia Sala Riunioni Centro Preparazione Olimpica

Il Comitato Regionale Toscano FIDAL, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizzano un seminario tecnico dal titolo:

### **“Didattica del Lancio del Giavellotto”**

Relatore: prof. Domenico Di Molfetta, responsabile del settore lanci della Federazione Italiana di Atletica Leggera

Orario: Ore 14.30 Introduzione  
Ore 14.45 Di Molfetta “Didattica del Lancio del Giavellotto”  
Ore 16.30 Dibattito

*Il seminario si propone di illustrare il corretto approccio e le progressioni didattiche necessarie per l'acquisizione di un corretto gesto e per il miglioramento prestativo nel lancio del giavellotto .*

*La partecipazione alla tavola rotonda darà diritto all'acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera*