



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Toscano

Sabato 2 Novembre ore 14.30

Sala Riunioni FIDAL Comitato Regionale Toscana
Viale Manfredo Fanti 2 Firenze

Il Comitato Regionale Toscano FIDAL, in collaborazione con l'Assital (Associazione Italiana Tecnici di Atletica Leggera) e il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizzano un seminario tecnico dal titolo:

“Giovani Mezzofondisti alcune considerazioni in relazione alla stesura di un programma di lavoro”

Relatore: prof. Antonio Dotti, collaboratore del settore mezzofondo della Federazione Italiana di Atletica Leggera
Prof. Claudio Pannozzo collaboratore del settore mezzofondo della Federazione Italiana di Atletica Leggera

Orario: Ore 14.30 Introduzione
Ore 14.45 Antonio Dotti “La stesura di un programma di lavoro”
Ore 16.30 Claudio Pannozzo “Considerazioni”

Alcune importanti considerazioni sulle metodiche e sui parametri che devono essere previsti durante la stesura di un programma di allenamento per un mezzofondista veloce

La partecipazione al seminario darà diritto all'acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera