

SEMINARIO DI AGGIORNAMENTO

PIANETA 400

Napoli – 20.3.2019

Seminario tecnico per allenatori, tecnici, istruttori, insegnanti di educazione fisica ed atleti con dibattito conclusivo che si svolgerà presso il **CONI Regionale sito in Napoli alla Via Alessandro Longo, 46/e.**

Il seminario è organizzato dal Comitato Regionale della Fidal Campania.

Iscrizioni:

L'iscrizione ha un costo di € 15,00 da pagare al momento dell'accredito.

Le adesioni devono essere inviate a mezzo fax o via mail, con il modulo allegato, entro il 18.3.19 al Comitato Regionale Campano in Via Alessandro Longo, 46/e -80127 - Napoli - al n. di Fax 081/0403575 o via e-mail: fidalcampania@libero.it oppure: cr.campania@fidal.it.

La partecipazione al seminario darà diritto alla maturazione di "Crediti Formativi Fidal" pari a 0,5 punti.

Programma del convegno:

ore 15.00 Accredito dei partecipanti

ore 15.30 Saluti autorità

ore 15.45 Relazione **Prof. Furio BARBA**

Velocità, Forza, Resistenza e Acido Lattico

ore 16.45 Coffè break

ore 17.00 Relazione **Dott. Raffaele CANONICO**

L'importanza del processo di recupero e della prevenzione degli infortuni nello sviluppo del piano di allenamento del 400ista.

ore 18.00 Interventi e domande

ore 19.00 Fine dei lavori

