



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia



PROGETTO “ALLENIAMOCI PER ALLENARE”

Il Comitato regionale Friuli Venezia Giulia organizza un convegno sulla Velocità avente per tema:

“LO SPRINT COME OSSESSIONE DEL TEMPO”

- Percorsi di formazione tra esperienze autoctone e richiami esotici
- L'allenamento della Velocità, scelte strategiche ed opzioni quotidiane, sintesi tra cultura e buon senso.

Relatore
Alessandro NOCERA

PORDENONE
SABATO 19 NOVEMBRE 2016
PALAZZO CONI – Sala Grande p.t.
Viale della Libertà 75

Programma:

Ore **16.30** Accredito partecipanti

Ore **17.00** Inizio Convegno

Quota di partecipazione:

Euro 10,00 da versare al momento dell'accredito.

Crediti formativi: 0,5

Alessandro NOCERA: torinese, 42 anni, quattrocentista da 47.5 alla metà degli anni '90, un percorso di studi classici e di storia contemporanea.

Allenatore dal 1999 di numerosi velocisti di livello internazionale tra i quali Daniela Graglia, olimpica a Sidney, Fabio Cerruti olimpico a Pechino e Londra, vicecampione europeo indoor sui 60 m. a Torino 2009, Giovanni Galbieri, Campione Europeo under 23 a Tallin 2015, Davide Manenti, olimpico a Londra e Rio de Janeiro oltre a Ferraro, Cattaneo e Tanzili, azzurri 2015.