



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Toscano

Martedì 14 Marzo ore 21.00

Livorno Sala Riunioni CONI Via Piemonte

L'Atletica Libertas Runners Livorno in collaborazione con il Comitato Regionale Toscano FIDAL e il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizza un seminario/tavola rotonda dal titolo:

" Metodologia d'allenamento nella marcia giovanile. Mezzi e strategie "

Relatori: Alessandro Gandellini Responsabile Nazionale Settore Marcia
Ruggero Sala Collaboratore Nazionale Settore Marcia

Orario: Ore 21.00 Introduzione di Roberto Mazzantini
Ore 21.10 Intervento di Ruggero Sala
Ore 21.40 Intervento di Alessandro Gandellini
Ore 22.10 Tavola rotonda e discussione

Nell'allenamento della marcia giovanile ogni categoria deve essere allenata secondo specifiche metodiche per l'età predisponendo le corrette strategie. Vediamo quali sono i mezzi e come vanno inseriti all'interno di un piano di allenamento

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