



**FIRENZE MARATHON 2019**

**I CONVEGNI DELLA FIRENZE MARATHON**

**VENERDI' 22 -11-2019**

**16:30 convegno FIRENZE LA CITTA' DELLO SPORT PER TUTTI ? : INTERVERRANNO: PERSONALITA' DEL MONDO DELLO SPORT FIORENTINO** Palco centrale

**18:30 Convegno: Allenamento per il ciclismo e per il running: amici o nemici ?** Interverranno: **Davide Cassani, Stefano Baldini** e altri famosi, medici, tecnici e dirigenti di ciclismo e atletica . Palco centrale

**SABATO 23-11-2019**

**11:00 CONVEGNO " Nutrizione e Supplementazione prima durante e dopo la maratona" INTEVERRANNO:** Massimo Rapetti, Luca Gatteschi, Stefano Baldini ed altri esperti del settore. Palco centrale

**14:30 Presentazione di Alessandro de Gasperi a seguire Convegno IN COLLABORAZIONE CON FIDAL TOSCANA :“ Le prove ripetute nell’allenamento della maratona” .** Interverranno oltre a Stefano Baldini tecnici del settore . Palco centrale

**LA PRESENTAZIONI DI LIBRI**

**VENERDI' 22 11 2019**

**15:30 presentazione libro “ quando cammino e penso la corsa fra passato e futuro di Ermes Lupi “** Palco centrale

**SABATO 23 11 2019**

**10:45- 11:00 PRESENTAZIONE LIBRO “ LA MARATONA DI FIRENZE DI FRANCESCO GIANNONI** palco centrale

**12:15-12:30 PRESENTAZIONE LIBRO “CORRERE E' LA RISPOSTA “ DI IVANA DI MARTINO** palco centrale