

RADUNO SALTO in ALTO - Firenze 3 gennaio

Programma

Ore 10,00 Ritrovo Pistino inizio raduno tecnico
 10,30-13,00 Tecnica
 13,00-14,00 Pausa pranzo (a carico dei partecipanti)
 14,00-14,30 Video analisi dei salti della mattina
 dalle 15,00 Seconda parte del Raduno

Lavori

Esercitazioni di Core Training
 Esercizi posturali per avviamento alla
 preacrobatica per il salto in alto

Convocati

1,80	<u>FONDELLI Roberto</u>	<u>1999</u>	<u>TOSCANA ATLETICA FUTURA</u>
1,95	<u>MIOZZO Francesco</u>	<u>1999</u>	<u>ATL LIBERTAS RUNNERS LIVORNO</u>
1,55	<u>AVERSANO Alessia</u>	<u>2000</u>	<u>ATLETICA FIRENZE MARATHON S.S.</u>
1,73	<u>FINETTI Adriano</u>	<u>2000</u>	<u>UISP ATLETICA SIENA</u>
1,57	<u>MAGNIFICO Alessia</u>	<u>2000</u>	<u>ATL.C.R.PISTOIA E LUCCHESIA</u>
1,75	<u>NALDI Matteo</u>	<u>2000</u>	<u>PROSPORT ATL. FIRENZE</u>
1,57	<u>PALLINI Matilde</u>	<u>2000</u>	<u>ATL.C.R.PISTOIA E LUCCHESIA</u>
1,60	<u>CIAPPI Ginevra ester</u>	<u>2001</u>	<u>ATLETICA 2005</u>
1,55	<u>TORRICINI Chiara</u>	<u>2001</u>	<u>ATLETICA FIRENZE MARATHON S.S.</u>
1,64	<u>BIAGIOTTI Daniele</u>	<u>2002</u>	<u>ATLETICA FIRENZE MARATHON S.S.</u>
1,65	<u>DE MARTINO Giada</u>	<u>2002</u>	<u>ATL.SESESE</u>
1,49	<u>GIUSTI Zoe</u>	<u>2002</u>	<u>ATL.SESESE</u>
1,56	<u>IAPICHINO Larissa</u>	<u>2002</u>	<u>ATL. CALENZANO</u>
1,70	<u>MAGNI Emilio</u>	<u>2002</u>	<u>ASD ATLETICA PRATO</u>
1,68	<u>MANETTI Alessio</u>	<u>2002</u>	<u>ATL. CALENZANO</u>
1,51	<u>MONCIATTI Elena</u>	<u>2002</u>	<u>UISP ATLETICA SIENA</u>
1,56	<u>PAMPALONI Celeste</u>	<u>2002</u>	<u>POL. RINASCITA MONTEVARCHI</u>
1,50	<u>SARRI Emma</u>	<u>2002</u>	<u>UISP ATLETICA SIENA</u>
1,62	<u>COMPARINI Matteo</u>	<u>2003</u>	<u>ATL. CALENZANO</u>
1,70	<u>GERI Alessio</u>	<u>2003</u>	<u>ATL.C.R.PISTOIA E LUCCHESIA</u>
1,50	<u>MASI Serena</u>	<u>2003</u>	<u>ATLETICA FIRENZE MARATHON S.S.</u>
1,50	<u>ORCIANI Sofia</u>	<u>2003</u>	<u>ATLETICA FIRENZE MARATHON S.S.</u>
1,65	<u>VESTITO Lorenzo</u>	<u>2003</u>	<u>ATL.SESESE</u>