

Corso Nazionale CONI per Tecnici di IV livello europeo di Atletica Leggera 2016

Terzo Modulo, 1-4 settembre 2016
FIDAL - Sala Consolini – Via Flaminia Nuova, 830
FIDAL - Sala Giunta – Via Flaminia Nuova, 830

Giovedì 1 settembre

ore 14.30-16.30	I processi motivazionali nello sport 1	Laura Bortoli
ore 16.30-18.30	I processi motivazionali nello sport 2	Laura Bortoli

Venerdì 2 settembre

ore 9.00-11.00	Allenamento in quota (gruppo endurance)	Antonio La Torre
	L'allenamento della potenza muscolare dai 100 ai 400 metri (gruppo potenza) <i>(Gruppi su 2 sale)</i>	Vincenzo De Luca
ore 11.00-13.00	Mezzi e metodi allenamento endurance, intermittente ad alta intensità (gruppo endurance)	Antonio La Torre
	L'allenamento della potenza muscolare dai 100 ai 400 metri – continua (gruppo potenza) <i>(Gruppi su 2 sale)</i>	Vincenzo De Luca
ore 14.30-16.30	Fatica metabolica, cognitiva, neuromuscolare e coordinativa	Gianluca Vernillo
ore 16.30-18.30	Fatica metabolica, cognitiva, neuromuscolare e coordinativa	Gianluca Vernillo

Sabato 3 settembre

ore 9.00-11.00	La metodologia della valutazione 1	Gianluca Vernillo
ore 11.00-13.00	La metodologia della valutazione 2	Gianluca Vernillo
ore 14.30-16.30	Esercitazione sulla gestione dei risultati della valutazione 1	Claudio Mantovani Angelo Altieri
ore 16.30-18.30	Esercitazione sulla gestione dei risultati della valutazione 2	Claudio Mantovani Angelo Altieri

Domenica 4 settembre

ore 9.00-11.00	Salti: mezzi e metodi Lanci: mezzi e metodi <i>(Gruppi su 2 sale)</i>	Claudio Mazzaufò Nicola Silvaggi
	Salti: mezzi e metodi Lanci: mezzi e metodi <i>(Gruppi su 2 sale)</i>	Giuliano Corradi Nicola Silvaggi