

**CARAGLIO (CN) – 29 AGOSTO 2016**

**Hotel Quadrifoglio,  
Via CLN 20  
12023 Caraglio CN**

# Nuove applicazioni nell'allenamento del mezzofondo: un'analisi tra tecnica e medicina dello sport

## PROGRAMMA

**17.30 – 19.30** Nuove applicazioni dell'Interval Training  
(compresa la parte pratica) – **Prof. Dotti**

**19.30 – 20.00:** *Happy Hour presso l'Hotel Quadrifoglio*

**20.00 – 22.00:** Il Medico dello Sport:  
un obiettivo per fare prevenzione, educare e formare in  
salute l'atleta agonista – **Dott. Ripa**

*Il convegno, riconosciuto dal Centro Studi FIDAL, è  
valido per l'attribuzione di 0,5 crediti formativi FIDAL  
per il percorso di formazione dei tecnici*

Il convegno si svolgerà durante il raduno estivo Fidal Piemonte del settore mezzofondo/marcia programmato dal 26 al 31 agosto presso l'Hotel Quadrifoglio di Caraglio. Vi prenderanno parte dunque anche gli atleti che saranno a disposizione dei tecnici per dimostrazioni pratiche funzionali agli interventi dei relatori



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PIEMONTE**

