

SEMINARIO DI AGGIORNAMENTO

Sprint 2016

Principi generali ed esercitazioni tecniche: il semplice e l'essenziale

Caserta – 13.3.2016

Seminario tecnico per allenatori, tecnici, istruttori, insegnanti di educazione fisica ed atleti con dibattito conclusivo che si svolgerà presso il Centro Sportivo "Frassati" sito in via Borsellino, 3 - 81100 Caserta.

Il seminario è organizzato dal Comitato Regionale della Fidal Campania.

Iscrizioni:

L'iscrizione ha un costo di € 15,00 da pagare al momento dell'accREDITO.

Le adesioni devono essere inviate a mezzo fax o via mail, con il modulo allegato, entro il 7.3.16 al Comitato Regionale Campano in Via Alessandro Longo, 46/e -80127 - Napoli - al n. di Fax 081/0403575 o via e-mail: fidalcampania@libero.it oppure: cr.campania@fidal.it.

La partecipazione al seminario darà diritto alla maturazione di "Crediti Formativi Fidal" pari a XXX punti.

Programma del convegno:

ore 08.30 Accredito dei partecipanti

ore 09.15 Saluti autorità

ore 09.30 Relazione **Prof. Ottone AMORE**

Principi generali e aspetti ritmici e biomeccanici dell'allenamento dello sprinter.

ore 11.00 Coffè break

ore 11.15 Relazione **Prof. Ottone AMORE**

Parte pratica: esercitazioni da campo ed in palestra

ore 12.45 Interventi e domande

ore 13.30 Fine dei lavori

