

IL COMITATO REGIONALE LOMBARDO FIDAL IN COLLABORAZIONE CON



Associazione
Officina Atletica

ORGANIZZA IL CONVEGNO

GLI 800 METRI: PROGRAMMAZIONE E TEST

Sabato 14 ottobre 2017

Sala convegni hotel Nuovo, via statale 1122 Garlate (LC) ore 20.00



iscrizioni entro Martedì 10 Ottobre - via mail all'indirizzo fiduciaritecnico@fidal-lombardia.it

prof. Gianni Ghidini:

“Bungei 2003 > Tuka 2015: 2 modi diversi di correre in 1'42"5”

dott. Stefano Righetti:

“Testare gli 800isti in laboratorio”

Ai partecipanti del convegno saranno riconosciuti 0,5 crediti FIDAL

Nell'ambito del progetto regionale dedicato al mezzofondo veloce verranno testati 8 atleti nazionali e 8 regionali in laboratorio.

Sabato 14: test VO2 MAX

Domenica 15: test ad esaurimento su VAM.