

SCUOLA MEDIA STATALE «GIOVANNI VERGA»

# ALLENARE LA VELOCITA'

Il controllo del "core" per il miglioramento della performance  
(incontri di aggiornamento teorico-pratici)



Aula Magna S.M.S. Giovanni Verga  
Via Bosco di Capodimonte, 75/B - Napoli

Ore 14.30 Conferma iscrizioni

Ore 15.00 Saluti del Dirigente Scolastico  
e del presidente CR FIDAL

Ore 15.15

**Performance analysis:  
applicazioni e futuri possibili**

Prof. Pietro Mango

Ore 15.45

**Core stability e corsa veloce**

Dott. Davide Sessa

Ore 16.30 **Coffee break**

Ore 17.00

**Esercitazioni pratiche**

– laboratorio teorico/pratico (in abbigliamento ginnico)-

Dott. Davide Sessa

E' necessaria la pre- iscrizione: <https://goo.gl/forms/2jtuT9CWVMFhtVno1>

**RICHIESTO ACCREDITAMENTO PER TECNICI FIDAL**