



La Nuova Atletica Lanciano, in collaborazione con il Comune di Lanciano e il Comitato Regionale Fidal Abruzzo, organizza:

SEMINARIO TEORICO-PRATICO

“ASPETTI GENERALI E SPECIALI DELL'ALLENAMENTO DELLA FORZA DEL GIOVANE SALTATORE”

Lanciano, venerdì 28 settembre 2018

Relatore: prof. **CLAUDIO MAZZAUFO**

Programma:

Parte teorica: “Aspetti generali e speciali dell'allenamento della forza del giovane saltatore”

Presso la “Sala A” del Palazzetto dello Sport in via Guido Rosato

Ore 15:30 saluto delle autorità e inizio attività

Ore 17:00 termine del seminario e trasferimento dal palazzetto dello sport alla attigua pista di atletica

Dalle 17:00 alle 17:30: Coffee Break

Parte pratica: “Aspetti generali e speciali dell'allenamento della forza del giovane saltatore”

Presso la pista di atletica “S. Orecchioni” in via Guido Rosato

Ore 17:30 inizio attività

Ore 18:30 conclusione attività e saluti

Il seminario è accreditato dal Centro Studi Fidal e la partecipazione al seminario darà diritto a 0,5 crediti formativi

Per informazioni ed iscrizione: nuovaatleticalanciano@gmail.com