

CORSO NAZIONALE ALLENATORI SPECIALISTI 3° LIVELLO TECNICO GRUPPI DI SPECIALITÀ'

4° Incontro: 26 – 27 ottobre 2019 – Grosseto

MEZZOFONDO FONDO e MARCIA

Sabato 26 ottobre	10.00 –11.30	Aula Valutazione ecologica (nell'ambiente di performance) dell'atleta	Luca Ruggiero
	11.30-13.00	Test su campo Misurazione parametri spazio-temporali tramite video e feedback qualitativo all'atleta: video analisi – misurazione inerziale – utilizzo di accelerometri	Luca Ruggiero
	14.00-16.00	Aula Esperienze di allenamento nella marcia con atleti di alto livello	Alessandro Gandellini Gianni Perricelli
	16.30-18.30	Aula Analisi e spiegazione dei dati ottenuti nella parte pratica	Luca Ruggiero
	21.30-23.00	Aula Test metabolici per le gare di endurance: dalla teoria alla pratica	Stefano Righetti
Domenica 27 ottobre	09.00-10.00	Prova pratica sul campo Test incrementale	Stefano Righetti
	10.00-12.00	Aula Elaborazione dei dati, loro lettura ed utilizzo pratico	Stefano Righetti