

43°

CROSS DELLA VALLAGARINA



Il Settore tecnico e Centro Studi FIDAL, il Comitato Regionale FIDAL del Trentino e l'U.S. Quercia Trentingrana all'interno del 43. Cross Internazionale della Vallagarina organizzano un:

Convegno Tecnico

Sabato 18 gennaio 2020, Sala Nobile di Palazzo Libera - Villa Lagarina (TN)

Moderatore **prof. Dino Ponchio**

- ore 14.30 accredito dei partecipanti
- ore 15.00 saluto delle autorità
- ore 15.15 ***Preparazione invernale per la Corsa Campestre: esperienze personali***
Relatore: **GIANNI CREPALDI**, Tecnico Nazionale FIDAL per l'Endurance
- ore 16.15 domande e dibattito
- ore 16.45 coffee break
- ore 17.00 c/o palestra centro scolastico Villa Lagarina (a 150 metri da Palazzo Libera)
Esercitazioni di forza e di tecnica nelle discipline di resistenza
Relatore: **prof. PIETRO ENDRIZZI**, Tecnico Nazionale FIDAL per il Mezzofondo
- ore 18.30 conclusione dei lavori

ISCRIZIONI: gratuite, presso il Comitato FIDAL della Provincia Autonoma di Trento (cr.trento@fidal.it) entro mercoledì 15 gennaio 2020.

Il convegno è valido per l'attribuzione di 0,5 crediti formativi della FIDAL

