



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VENETO

Ottobre – Novembre – Dicembre 2013

LA STAGIONE TECNICA:

AGGIORNAMENTI E CONFRONTI TERMINANDO E RICOMINCIANDO

Organizzati dal Settore Tecnico Regionale del Comitato Regionale Fidal Veneto

Rivolti a tutti i tecnici del Veneto e delle altre regioni

Partecipazione gratuita. Gradita conferma via mail a cr.veneto@fidal.it

SABATO 26 OTTOBRE 2013, ore 15.00-19.00

c/o Centro Tecnico Coni, Schio (VI)

presentato dai tecnici:

- Enzo Agostini, Fiduciario Tecnico Regionale
- Michele Rossi, Responsabile Settore Velocità del Settore Tecnico Regionale
- Adriano Benedetti, Collaboratore Settore Velocità del Settore Tecnico Regionale

LA PREPARAZIONE MUSCOLARE, PRESUPPOSTO ESSENZIALE PER UNO SVILUPPO FISICO INTEGRALE

- **Analisi della metodologia dell'allenamento per lo sviluppo della forza nelle specialità dell'atletica leggera, dal generale allo specifico**

RELATORE: Prof. Roberto Bonomi, tecnico nazionale specialista, docente Università Tor Vergata Roma

DOMENICA 17 NOVEMBRE 2013, ore 9.30-13.00 / 15.00-17.00

c/o Centro Tecnico Coni, Schio (VI)

presentato dai tecnici:

- Enzo Agostini, Fiduciario Tecnico Regionale
- Michele Rossi, Responsabile Settore Velocità del Settore Tecnico Regionale
- Adriano Benedetti, Collaboratore Settore Velocità del Settore Tecnico Regionale

**DALL'ANALISI BIOMECCANICA DELLA CORSA (DI VELOCITÀ E DI RESISTENZA, SUL PIANO E CON GLI HS)
ALLA PRATICA IN CAMPO**

- **Analizzare la tecnica di corsa dal punto di vista tecnico-biomeccanico e di metodologia dell'allenamento, per trovare strategie e mezzi di allenamento più efficaci**

**RELATORE: Prof. Vincenzo De Luca, tecnico nazionale specialista, allenatore della primatista italiana dei 100hs
Veronica Borsi**

- dalle 9.30 alle 13.00: relazione in aula
- dalle 15.00 alle 17.00: pratica sul campo



Federazione Italiana di Atletica Leggera

Comitato Regionale Veneto www.fidalveneto.it - cr.veneto@fidal.it

Via Nereo Rocco • 35135 Padova • tel. 049 8658350 • Fax 049 8658348 • P.IVA 01384571004 • C.F. 05289680588



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VENETO

SABATO 30 NOVEMBRE 2013, ore 14.30-20.00
c/o Stadio Colbachini, Piazzale Azzurri d'Italia - Padova

presentato dai tecnici:

- Enzo Agostini, Fiduciario Tecnico Regionale
- Enrico Lazzarin, Responsabile Settore Salti del Settore Tecnico Regionale
- Marco Chiarello, Collaboratore Settore Salti del Settore Tecnico Regionale

➤ dalle 14.30 alle 16.30:

TECNICA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO DEL SALTO IN LUNGO: COME FANNO IN EUROPA

- Analizzare il salto in lungo dal punto di vista tecnico-biomeccanico e di metodologia dell'allenamento, portando a confronto i modelli di riferimento stranieri con quello italiano e ricercandone analogie e differenze.

RELATORE: Stefano Serranò, tecnico ASA (responsabile settore salti Aeronautica Militare), referente FIDAL ai convegni organizzati da EAA e IAAF

➤ dalle 17.00 alle 19.00:

TECNICA E DIDATTICA DEL SALTO CON L'ASTA: ESPERIENZE METODOLOGICHE DALL'AVVIAMENTO ALLA SPECIALIZZAZIONE

- Attraverso le esperienze di un allenatore di livello internazionale, si ricercano gli aspetti essenziali, tecnici e metodologici, del salto con l'asta, per un avviamento alla disciplina ottimale, che ponga le basi per l'alta qualificazione.

RELATORE: Riccardo Balloni, allenatore di Roberta Bruni, primatista italiana di salto con l'asta.

➤ dalle 19.30 alle 20.00: tavola rotonda



Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Veneto www.fidalveneto.it - cr.veneto@fidal.it

Via Nereo Rocco • 35135 Padova • tel. 049 8658350 • Fax 049 8658348 • P.IVA 01384571004 • C.F. 05289680588