



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Toscano

Sabato 1 Marzo ore 9.30

Firenze Stadio Ridolfi
Sala Riunioni FIDAL Comitato Regionale Toscano

Il Comitato Regionale Toscano FIDAL, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizza un seminario tecnico/pratico dal titolo:

“Metodologia per il miglioramento della tecnica di passaggio degli ostacoli”

Relatori: prof. Vincenzo De Luca, collaboratore del settore Ostacoli della Federazione Italiana di Atletica Leggera
Prof. Ilaria Ceccarelli, responsabile Regionale del settore Ostacoli

Orario: Ore 9.30 Introduzione a cura di Ilaria Ceccarelli
Ore 9.45 Vincenzo De Luca Sessione teorica
Ore 13.00 Pausa Pranzo
Ore 14.30 Vincenzo De Luca Sessione pratica
Ore 16.30 Dibattito; moderatore Ilaria Ceccarelli

Il seminario si propone di illustrare il corretto approccio e le progressioni didattiche necessarie per il perfezionamento del gesto atletico del passaggio dell'ostacolo e per il miglioramento prestativo.

La partecipazione al seminario darà diritto all'acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera