



FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Toscano

Sabato 22 Marzo ore 15.00

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 dal titolo:

“Tecnica e metodologia del salto in lungo: differenze e affinità con l'estero”

Relatori: Prof. Stefano Serranò, collaboratore del settore Salti della Federazione Italiana di Atletica Leggera e responsabile dei salti del C.S.Aeronautica Militare

Prof. Gianni Cecconi, responsabile regionale del settore Salti in Estensione

Orario: Ore 15.00 Introduzione a cura di Gianni Cecconi

Ore 15.15 Stefano Serranò: tecnica e metodologia del salto in lungo

Ore 17.00 Dibattito; moderatore Gianni Cecconi

Analisi del salto dal punto di vista tecnico-biomeccanico e metodologia dell'allenamento, confronto con i modelli di riferimento stranieri e quello italiano, analogie e differenze.

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