



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale LOMBARDIA

IL COMITATO REGIONALE LOMBARDO
organizza un convegno di aggiornamento

LA PROGRAMMAZIONE GENERALE IN ATLETICA LEGGERA: NUOVE TENDENZE

- Gli esercizi generali
- La preparazione fisica speciale
- Le esercitazioni specifiche

Relatore: Prof. Nicola Silvaggi (Centro Studi FIDAL)

MILANO sede regionale CONI – Via Piranesi 46 – Sala “A” – 16 ottobre 2014 ore 19,30