

SEMINARIO

Sabato 22 Novembre 2014

Roma, Teatro della Scuola Verga - Via Pirotta, 95/A

“Universo Velocità...come si allena Speedy Gonzales ?”

Relatori:

- PAOLO PRESTIPINO, *Insegnante di Ed. Fisica e allenatore di velocità e di Ilaria Verderio*
- ADOLFO ROTTA, *Presidente dell'Assital e allenatore di Marisa Masullo*
- VANNA RADÌ, *Insegnante di Ed. Fisica e allenatrice di Ilaria Siragusa*
- MAURO PASCOLINI, *Segretario dell'Assital e allenatore del Mezzofondo*

Seminario tecnico sulla velocità per istruttori/allenatori con dibattito conclusivo.

Programma del seminario:

- | | |
|-----------|--|
| ore 09.00 | Accredito dei partecipanti e saluti autorità |
| ore 09.30 | Apertura seminario: Emilio De Bonis FTR Lazio e Flavio Rambotti
responsabile Centro Studi CR Lazio |
| ore 10.00 | Introduzione Mauro Pascolini: L'indice di miglioramento, le riserve di prestazione e la stabilità di miglioramento |
| ore 10.30 | Paolo Prestipino: La carriera giovanile di Ilaria Verderio |
| ore 11.00 | Coffee break |
| ore 11.15 | Adolfo Rotta: Dalla Masullo alla Verderio – L'ampio ventaglio di possibilità |
| ore 12.20 | Vanna Radi: L'esperienza di Ilaria Siragusa |
| ore 13.10 | Coffee Break |
| ore 14.30 | domande e chiarimenti |
| ore 15.30 | conclusioni |
| ore 16.00 | chiusura Lavori e distribuzione attestati e crediti |

- Il seminario è organizzato dal CR FIDAL Lazio, in collaborazione con il Centro Studi & Ricerche FIDAL valido per l'acquisizione di **0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera**.
- Le iscrizioni potranno essere inviate, entro le 24 del 19 Novembre 2014 al seguente indirizzo e-mail: tecnico.lazio@fidal.it.
- Il costo per la partecipazione al seminario è di € 10,00 che saranno versati al momento dell'accredito.



Federazione Italiana di Atletica Leggera
Comitato Regionale Lazio www.fidallazio.org