



foto: Alexis Courthoud/Fidal

FENIS (AO) 25 MAGGIO 2024

CONVEGNO CORSA IN MONTAGNA TRAIL SCI DI FONDO

in occasione del raduno collegiale
della NAZIONALE ITALIANA DI
CORSA IN MONTAGNA

OSPITE DEL CONVEGNO IL
CAMPIONE DI SCI DI FONDO
FEDERICO PELLEGRINO

PROGRAMMA

- ✓ ORE 09:30 Accredito partecipanti
- ✓ ORE 09:50 Saluto del Presidente Fidal Valle d'Aosta **Lyana Calvesi**
- ✓ ORE 10.00 Introduzione al Convegno con **Federico Pellegrino**: Pensieri in libertà su sci di fondo e fatiche estive
- ✓ ORE 10:25 Dalla pista in età giovanile ai trail più lunghi nella maturità agonistica, attraverso la corsa in montagna classica: un percorso tecnico coerente (**Tito Tiberti**)
- ✓ ORE 10:50 Under 20 sui sentieri: proposte metodologiche e pratiche per la corsa in montagna (**Paolo Germanetto**)
- ✓ ORE 11:15 L'importanza della corsa nella preparazione di un giovane atleta dello sci di fondo (**Manuel Tovagliari**)
- ✓ ORE 11.40 Spazio alle domande e al dibattito



Paolo Germanetto

Coordinatore Tecnico FIDAL Corsa in Montagna, Trail e Ultradistanze



Tito Tiberti

Assist. Coordinatore Tecnico FIDAL - Tecnico IV livello CONI



Manuel Tovagliari

Tecnico sci di fondo C.S. Esercito e ASIVA

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

- 📍 Sede convegno:
Fénis - Salone Tsanté de Bouva - Località Chez Sapin, 95
- ✉ iscrizione obbligatoria e gratuita al seguente link:
<https://forms.gle/RQcUWUIQken5ep336>
- 🌐 per ulteriori info: aosta.fidal@gmail.com