

**CALENDARIO SEMINARI DI  
AGGIORNAMENTO**  
**F.I.D.A.L. Provinciale di Ferrara**

**Martedì 5 Ottobre 2023**

Quali chilometri – quanti chilometri  
(Magnani M. - **Allenatore Specialista FIDAL**)

**Giovedì 19 Ottobre 2023**

Regole in continua evoluzione! Tecnici, giudici e atleti sempre aggiornati e pronti ai cambiamenti...insieme e consapevoli, in pista e su strada.  
(Garuti F., Amore C., Correggioli P., Grassani C. – **Gruppo Giudici Gara FIDAL**)

**Giovedì 9 Novembre 2023**

Programmazione e strumenti per le prove multiple.  
(Parigi F. – Stagni M. - **Allenatori FIDAL**)

**Giovedì 16 Novembre 2023**

Disturbi cranio mandibolari, equilibrio occlusale e uso dei "Bite".  
(Dr. Michele Vasquez, Dr Francesco Baricocchi)

**Giovedì 30 Novembre 2023**

Infortuni alla schiena.  
(Mardegan M. - **Fisioterapista**)

**Giovedì 14 Dicembre 2023**

Come Saltare sempre più in Alto!  
(Parigi F. - **Allenatore FIDAL**)

**Giovedì 11 gennaio 2024**

L'idratazione e piani alimentari pre e post gara.  
(Dott. Furini L. - **Biologo nutrizionista**)

**Giovedì 25 Gennaio 2024**

La comunicazione esterna delle Associazioni Sportive: come attrarre investimenti e potenziali praticanti. Relazione e tavola rotonda.  
(Marco Zamboni – **Esperto di Marketing Relazionale**)

**Giovedì 8 Febbraio 2024**

Drop out gestione e prevenzione  
(Dott.ssa Massimo E. - **Psicologa**)

Le Serate di Aggiornamento avranno luogo presso

**Sala riunioni del Coni Point/Sport e Salute via Bongiovanni, 21 Ferrara alle ore 21.00**

Si invitano i partecipanti a inviare richiesta/conferma di presenza in ogni singola data e con almeno 24 ore di anticipo alla mail: [cp.ferrara@fidal.it](mailto:cp.ferrara@fidal.it)

**È gentilmente gradita una libera, minima offerta a copertura spese organizzative**