

## Raduno regionale getto del peso e lancio del disco – Gemona (UD) – 14 dicembre 2019

### Programma del raduno

15:15 ritrovo presso la pista di Gemona

(in caso di maltempo il raduno si svolgerà presso il tunnel della pista di Gemona)

15:30 riscaldamento, ginnastica, andature generali

16:00 progressione didattica, imitativi

17:00 lanci

17:30 conclusione

I tecnici responsabili del raduno saranno Alessandro Saccà (getto del peso) e Valerio Forgiarini (lancio del disco).

Si chiede di confermare la presenza di atleti e tecnici ad Alessandro Saccà – +39 340 06 30 887 – [sacca.alessandro@gmail.com](mailto:sacca.alessandro@gmail.com)

Peso		Disco	
Cadette		Cadette	
<b>MARCUZZI Sara</b>	LIBERTAS MAJANO	<b>MAINARDIS Joelle</b>	POL. LIBERTAS TOLMEZZO
<b>PARONUZZI TICCO Marica</b>	ATLETICA AVIANO	<b>MICCO Annalisa</b>	LIBERTAS MAJANO
<b>ZULIANI Sara</b>	POL. LIB. MERETO DI TOMBA	<b>CRISTANTE Beatrice</b>	LIBERTAS CASARSA
		<b>PERES Alice</b>	LIBERTAS MAJANO
		<b>CIVARDI Tea</b>	BOR ATLETIKA
Cadetti		Cadetti	
<b>FALCOMER Edoardo</b>	LIB SANVITese A.L. O. DURIGON	<b>VUERICH Andrea</b>	GEMONATLETICA S.R.L. DIL.
<b>AMATO Luca</b>	ATLETICA MALIGNANI LIB UD	<b>SORDI Giovanni maria</b>	ATLETICA PORDENONE
<b>DAINESE Jacopo</b>	LIB SANVITese A.L. O. DURIGON	<b>NONINO Alberto</b>	ATLETICA MALIGNANI LIB UD
		<b>ROSSI Federico</b>	LIB SANVITese A.L. O. DURIGON
		<b>PADOVAN Matteo</b>	LIBERTAS FRIUL PALMANOVA
Allieve		Allieve	
<b>WOODRUFF Elizabeth Cheryl</b>	ATL BRUGNERA PN FRIULINTAGLI	<b>OVAN Irene</b>	ATLETICA MALIGNANI LIB UD
<b>CESCHIAT Giulia</b>	POL. LIBERTAS PORCIA	<b>PEZZETTA Giulia</b>	ATLETICA MALIGNANI LIB UD
<b>BELLANTUONO Nicole</b>	C.U.S. TRIESTE	<b>REJA Letizia</b>	ATLETICA GORIZIA
		<b>ISERNI FRANCESCUT Elisa</b>	LIBERTAS CASARSA
Allievi		Allievi	
<b>FERUGLIO Alessandro</b>	ATLETICA MALIGNANI LIB UD	<b>DE SANCTIS Lorenzo</b>	TRIESTE ATLETICA
<b>PETRACCO Federico</b>	LIB SANVITese A.L. O. DURIGON	<b>LOCATELLI Roj</b>	BOR ATLETIKA
<b>BERTOLO Nicola</b>	ATL BRUGNERA PN FRIULINTAGLI	<b>PELLEGRINI Paolo</b>	ATLETICA GORIZIA
		<b>PANGHER Emanuele</b>	TRIESTE ATLETICA
		<b>DANELUTTI Leonardo</b>	ATLETICA MALIGNANI LIB UD
		<b>PUCNIK Matija</b>	BOR ATLETIKA
		<b>SAVRON Peter</b>	BOR ATLETIKA
Ragazze			
<b>NICOLETTI Sara</b>	POL. LIB. MERETO DI TOMBA		
<b>CUMIN Aurora</b>	ATLETICA GORIZIA		
<b>RAZEM Sara</b>	TRIESTE TRASPORTI ATL. GIOV.		
Ragazzi			
<b>STURMAN Alessandro</b>	TRIESTE TRASPORTI ATL. GIOV.		
<b>RUGGIERO Davide</b>	SPORT ACADEMY		
<b>ZANIN Alex</b>	POL. LIB. MERETO DI TOMBA		