

Raduno regionale getto del peso e lancio del disco – Gemona (UD) – 25 gennaio 2020

Programma del raduno

14:45 ritrovo presso la pista di Gemona (in caso di maltempo il raduno si svolgerà presso il tunnel della pista di Gemona)

15:00 riscaldamento, ginnastica, andature generali

15:30 progressione didattica, imitativi

16:30 lanci

17:00 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

La partecipazione al raduno è aperta a tutti gli atleti e tecnici della regione interessati.

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