

Trieste, 18 giugno 2024

Prot. n. 501/24/12STP/GI

Alle Società
(da consegnare ad atleti e tecnici)
e p.c. Al Presidente del C.R. del F.V.G.
Ai Comitati Provinciali
Ai Fiduciari Tecnici Provinciali
VIA E-MAIL

Oggetto: Convocazione Raduno Regionale Ostacoli.
Martedì 25 giugno 2024 Palmanova (UD) – Campo Bruseschi

Martedì 25 giugno, presso il Campo Sportivo "Bruseschi" di Palmanova viene organizzato un raduno regionale di ostacoli per la categoria cadetti/e.

Il raduno si svolgerà dalle ore 17.30 alle ore 19.30 e sarà tenuto dal Fiduciario Tecnico Regionale Alessandro Brondani e dal tecnico Renata Toffolo.

Vista l'importanza e la valenza tecnica del raduno si raccomanda la presenza dei tecnici assieme agli atleti.

Si raccomanda la compilazione entro lunedì mattina 24 giugno del modulo google sia per la presenza sia per l'assenza al raduno!

https://docs.google.com/forms/d/1A7A9-B70kaBMPHRW_uaRlvxjPF66BSkMfjGA58iN7Z0/edit

Programma:

- esercizi di mobilità generale con utilizzo di ostacoli
- andature preatletiche con la funicella
- esercizi analitici camminando e con 1 passo di passaggio esterno e centrale dell'ostacolo
- passaggi a distanze facilitate con 3 passi
- passaggi a distanze medie con 4/6 passi

Cordialmente.

Il Fiduciario Tecnico Regionale
Alessandro Brondani





IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA

FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

ATLETI CONVOCATI

CADETTI

Comarin Federico (Sport Academy)
Di Martino Edoardo (Lupignanum)
Turrin Pietro (Azzanese)
De Din Davide (Atletica 2000)
Miconi Matteo (Malignani)
Specogna Tommaso (Libertas Grions e Remanzacco)

CADETTE

Venturini Alice (Lavarianese)
Perisi Martina (Atletica Julia)
Zamuner Sophie (Libertas Sacile)
Ambrosi Beatrice (Trieste Trasporti)
Clochiatti Nicole (Malignani)
Cengarle Margherita (Atletica 2000)
Paschina Federica (Malignani)
Henry Maria (Evinrude)