



24  
GENNAIO  
2026

Ore 16:00  
PALA BERTELLI, VIA DEL CAMPACCIO  
SAN GIORGIO SU LEGNANO

# 69° CAMPACCIO

CULTURALE

World Athletics Gold Level Cross Country Tour

**'STRUGGLE'**

Lottare per qualcosa.  
Combattere qualcosa.

ORE 16.00 Introducono e moderano

Antonio La Torre | Direttore Tecnico FIDAL

Luca Del Curto | Coordinatore FIDAL Lombardia, settore mezzofondo

ORE 16.05 Intro: Ben-essere sostenibile

Associazione 5R Zero Sprechi | Partner per la sostenibilità

ORE 16.15 L'Oro Invisibile: proteggere e promuovere la salute mentale nel sistema dell'alto livello

Maria Chiara Crippa | Psicologa dello sport e Psicoterapeuta

ORE 16.45 Mental recovery e strategie di mental recovery nello sport di alto livello

Paolo Jesus Olivari | Psicologo dello sport e ricercatore Universidad de Extremadura

ORE 17.15 Tips and Tricks per resistere a lungo

Stefano Righetti | Medico Cardiologo, collaboratore delle squadre nazionali FIDAL

ORE 17.45 Corsa campestre: la sofferenza necessaria per arrivare in alto

Pietro Arese | Atleta professionista, pluricampione europeo di cross

ORE 18.10 Conclusioni

Partecipazione: possono partecipare tecnici e appassionati a qualsivoglia titolo.

Iscrizioni via mail: [info@campaccio.it](mailto:info@campaccio.it)

La FREQUENZA al Seminario dà diritto all'acquisizione di 0,5 CREDITI formativi per TECNICI FIDAL

Partner istituzionali



Partner per la sostenibilità



Supportano evento e progetti

