



**atletica  
italiana**



**Il Comitato regionale FIDAL Lombardia, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL organizza all'interno del progetto *formazione e in-formazione* un Webinar sul tema:**

## ***Esperienze di allenamento con Eloisa Coiro***

**Lunedì 09 marzo 2026**

**Relatore: Prof. Emilio De Bonis**

**Introduce e modera: Luca del Curto** (*referente settore mezzofondo Fidal Lombardia*)

---

Descrizione dell'intervento:

Nell'incontro si analizzerà la progressione sportiva dell'atleta Elisa Coiro, con l'analisi dei principali mezzi di allenamento utilizzati e la loro evoluzione nel corso degli anni.

Modalità dell'intervento:

Ore 20.30: Accredito partecipanti

Ore 20.45: Introduzione e presentazione di Luca del Curto

Ore 21.00: Esposizione di Emilio De Bonis

Ore 22.30: Discussione

---

**ATTENZIONE:** l'iscrizione dovrà essere effettuata entro GIOVEDÌ 05 marzo da ogni singolo partecipante, sulla piattaforma EVENTBRITE al fine di poter disporre dei dati necessari per assegnare i crediti formativi.

La partecipazione al seminario assegna 0.5 crediti formativi ai Tecnici tesserati per la Federazione Italiana di Atletica Leggera.