



**Il Comitato regionale FIDAL Lombardia, in collaborazione con il Centro Studi e Ricerche FIDAL e il Comitato Provinciale di Sondrio organizza all'interno del progetto *formazione e territorio* un incontro dedicato all'avviamento alla corsa ad ostacoli:**

## ***Ostacoli...come superarli***

***Esperienze di lavoro condivise***

**Domenica 16 marzo 2025  
Campo sportivo comunale via Gera – Chiuro (SO)**

**Relatore: Fausto Frigerio – referente settore ostacoli Fidal Lombardia -**

---

#### **Descrizione dell'intervento:**

La visione globale della specialità degli ostacoli sarà tema dell'incontro che andrà ad approfondire i temi della preparazione e dell'apprendimento della forma sportiva adatta ai ragazzi/e per la corsa veloce e contemporaneamente per gli ostacoli. L'incontro dedicato alle categorie giovanili, in cui andremo a trattare la didattica delle discipline con gli ostacoli. L'obiettivo che ci si pone è quello di fornire le indicazioni necessarie per un corretto approccio a queste specialità.

#### **Modalità dell'intervento:**

Ore 9.45: Accreditamento partecipanti

Ore 10.00: Attività pratica e analisi della specialità

Ore 12.30: Chiusura dell'incontro

---

ATTENZIONE: l'iscrizione alla mail: [formazione.fidal.lombardia@gmail.com](mailto:formazione.fidal.lombardia@gmail.com) dovrà essere effettuata entro mercoledì 12 marzo, 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