



LA TRASVERSALITA' DELL'ENDURANCE NELLE DIVERSE ATTIVITA' SPORTIVE

"Tutto quello che avreste voluto sapere sull'endurance... e che non avete mai osato chiedere!"

SABATO 29 MARZO 2025 - ORE 09:00 – 13:00

SESTO CALENDE – SALA CONSILIARE- PIAZZA MAZZINI

PROGRAMMA

09:00- 09:15 Accredito partecipanti

09:15 - 09:30 Presentazione e saluti istituzionali

I FATTORI DETERMINANTI

LE PERFORMANCE NELLE DISCIPLINE DI ENDURANCE

Dr. Stefano Righetti

Cardiologo presso l'Ospedale "San Gerardo" di Monza

Medico staff squadre nazionali FIDAL e FISI

Medico Equipe Enervit per gli studi scientifici di strategia nutrizionale nell'endurance

"COSA - COME - QUANDO"

PERCHÉ È IMPORTANTE VALUTARE?

Prof. Marco Tengattini

Performance Developer FIDAL

Tecnico Specialista FIDAL

Docente Scuola Superiore di II grado

Coffee Break

METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

TRADIZIONE E INNOVAZIONE

Prof. Luca Filipas

Performance Coach del *Total Energies Pro Cycling Team*

Ricercatore Università degli Studi di Milano

Fondatore di *Endurance Academy*

11:10 - 12:10

12:10 - 12:50 Dibattito e chiusura lavori



ISCRIZIONE
OBBLIGATORIA
COMPILANDO IL
MODULO TRAMITE
QR CODE

PARTECIPAZIONE
GRATUITA
100 POSTI
DISPONIBILI

IL CONVEGNO
RICONOSCE 0,5 CREDITI
FORMATIVI AI TECNICI
TESSERATI FIDAL -
FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

