

Incontri tecnico formativi atleti – tecnici

## Avvicinamento ludico ai quattro lanci dell'atletica leggera (secondo incontro)

Incontri indetti dal Settore Giovanile con la collaborazione del settore tecnico per una attività formativa indirizzata alle categorie dei giovani



Domenica 09 novembre 2025

Ore 9:30 → 12:30

Ore 14:00 → 16:30



c/o Forti e Liberi Monza – Viale Cesare Battisti 30 Monza

Questi incontro, nato da una proposta congiunta tra settore tecnico e i collaboratori per l'attività giovanile si propone di avvicinare i bambini al mondo dei lanci dell'atletica leggera (peso, turbo-giav/giavelotto, disco e martello) Si parlerà di una didattica base dei lanci, con spunti ed esercitazioni per conoscere i gesti tecnici di base, con attrezzi leggeri e sicuri, creando i presupposti per un avvicinamento ai lanci per i giovanissimi.

### Modalità dell'intervento:

Ore 09.30: Accoglienza e Accredito partecipanti

Ore 10.00: Attività pratica e mini-gare legate a due lanci

Ore 12.30: Pausa pranzo

Ore 14.00: Attività pratica e mini-gare legate agli altri due lanci

Ore 16.30: Chiusura e confronto con i tecnici

Al termine di ogni sessione, il referente del settore lanci, dell'attività giovanile i loro collaboratori, saranno lieto di condividere con i tecnici presenti le problematiche emerse durante le sessioni pratiche e approfondire i concetti emersi.

**ATTENZIONE:** è gradita la partecipazione dei giovani atleti/e. I tecnici dovranno iscrive tramite mail ai referenti del Settore Giovanile Riccardo Reddi e Andrea Cacopardo ([formazione.fidal.lombardia@gmail.com](mailto:formazione.fidal.lombardia@gmail.com)) entro giovedì 06 novembre 2025, le proprie generalità e quelle degli atleti/e che accompagneranno (NOME, COGNOME, SESSO, DATA DI NASCITA, MAIL, RECAPITO TELEFONICO, CODICE TESSERA FIDAL) al fine di poter disporre dei dati necessari per la copertura assicurativa e assegnare i crediti formativi.

La partecipazione all'incontro assegna **0.5 crediti formativi** ai tecnici tesserati per la Federazione Italiana di Atletica Leggera.

### I Responsabili e i collaboratori di Settore

Alessandro Frigeni

Roberto Bertolini

Paolo Vailati

Riccardo Reddi

Andrea Cacopardo

### Il Fiduciario Tecnico Regionale

Graziano Camellini

### Il Presidente del CR Lombardia

Luca R. Barzaghi



Comitato Regionale Lombardia [www.fidal-lombardia.it](http://www.fidal-lombardia.it)

Federazione Italiana di Atletica Leggera

Via G.B. Piranesi 46 • 20137 MILANO • tel. 02744786 fax 02716706