

Incontri tecnico formativi atleti – tecnici

La costruzione di base dell'atleta nelle corse di mezzofondo (secondo incontro)

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



**Sabato 15 novembre 2025
Ore 14.30 → 17.00**

[c/o il Palaindoor](#)
[Via Monte Gleno 153 Bergamo](#)



Questi incontri, nato da una proposta congiunta tra settore tecnico e i collaboratori per l'attività giovanile si propone di avvicinare i tecnici delle categorie cadetti/e, attraverso un lavoro condiviso sulle tematiche di un corretto sviluppo delle capacità tecniche, un corretto sviluppo delle capacità condizionali utili ad ampliare il bagaglio motorio dei futuri giovani atleti

Modalità dell'intervento:

Ore 14.30: Accoglienza e Accredito partecipanti

Ore 15.00: Attività pratica sia indoor che outdoor

Ore 17.00: Termine attività

Al termine del pomeriggio, il referente del settore mezzofondo, dell'attività giovanile e i loro collaboratori, saranno lieti di condividere con i tecnici presenti le problematiche emerse durante la sessione pratica 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) entro giovedì 13 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

Matteo Santambrogio
Nicolò Telli
Riccardo Reddi
Andrea Cacopardo

Il Fiduciario Tecnico Regionale

Graziano Camellini

Il Presidente del CR Lombardia

Luca R. Barzaghi