

SEMINARIO **L'ALLENAMENTO** **DELLA FORZA** **NELL'ATLETA MASTER**



RELATORE PROF. NICOLA SILVAGGI
CAPO SETTORE LANCI FIDAL NAZIONALE

SABATO 22 MARZO 2025 ORE 16.00
SALA CONSILIARE
COMUNE DI CASTEL DI LAMA



La partecipazione al seminario è valida per l'acquisizione di 0,5 crediti formativi per i tecnici tesserati con la Federazione Italiana di Atletica Leggera.