



## Incontro con **Pietro Frittoli**

### **Il Percorso di costruzione verso l'alto livello di un atleta delle prove multiple**

Sabato 05 novembre 2022  
FIDAL Comitato Provinciale MILANO  
Viale Repubblica Cisalpina 1

*L'incontro si articolerà sulle esperienze e sulle metodologie di allenamento per gli atleti del settore Prove Multiple che Pietro Frittoli ha saputo portare ai massimi livelli.*

*Un incontro di grande interesse per tutti coloro che giornalmente sono chiamati ad affrontare l'organizzazione di un percorso che porti il giovane atleta ad esprimersi al meglio in età adulta.*

Ore 14.30/45 Accredito partecipanti

Ore 15.00 Sessione di lavori in aula

#### ***Caratteristiche delle fasi di allenamento e di sviluppo del training per la prova multipla.***

Relatore: **Pietro Frittoli**

Con la partecipazione attiva di: **Sveva Gerevini – Dario Dester**

*La partecipazione all'incontro è aperta a tutti i tecnici.  
Per partecipare all'incontro è indispensabile iscriversi a:*

**[cp.milano@fidal.it](mailto:cp.milano@fidal.it)**

*Chairman: Graziano Camellini  
(Referente tecnico nazionale settore prove multiple)*

*Il convegno è valido per l'acquisizione di 0,5 punti di credito formativo FIDAL*



**Pietro Frittoli (Italia)**  
Allenatore specialista  
Nato il 20.06.1957 – residente a Cremona

*Successi degli atleti/e nell'eptathlon e decathlon:*

**Sveva Gerevini:** prima atleta a conquistare quattro titoli outdoor Assoluti consecutivi nell'eptathlon 2017-2018-2019-2020 e tre titoli indoor nel pentathlon 2019-2020-2021.

17° Campionati Europei U.23 Bydgoszcz 2017

9° Campionati Mondiali assoluti indoor Belgrado 2022

11° Classificata Campionati Europei Assoluti Monaco 2022

Primato Italiano pentathlon indoor con 4451 punti 2022

**Dario Dester:** 5° Campionati Europei U.20 Boras 2019

4° Campionati Europei U.23 Tallin 2021

7° Campionati Europei assoluti Indoor Torun 2021

10° Campionati Mondiali Assoluti Indoor Belgrado 2022

6° Classificato Campionati Europei Assoluti Monaco 2022 con il nuovo primato italiano di decathlon **8218** punti

*Perché due dei migliori specialisti della prova multipla in Italia provengono da Cremona? Coincidenza? Oppure vi è qualcosa, un percorso sportivo diverso che a che fare con ciò che Sveva Gerevini e Dario Dester hanno imparato in giovane età? Pietro conosce entrambi i suoi atleti molto bene, li ha cresciuti nel modo corretto, ha saputo lavorare per lo sviluppo tecnico negli anni della gioventù e oggi sta iniziando ad intravedere grazie ad un "metodo", gli obiettivi prefissati.*

*Ci vuole competenza e visione (all'interno del binomio tecnico – atleta) per strutturare/organizzare il lavoro di un decathleta e di un eptatleta, ci vuole un pizzico di fortuna, per non rendere incerto il percorso e vanificare periodi di lavoro e preparazione, ci vuole caparbia e motivazione, ci vuole equilibrio, nel saper valutare l'impatto dell'esercizio quotidiano, nel sapersi organizzare tra i limiti e le pressioni ai quali si è sottoposti con il miglioramento delle prestazioni, oppure districarsi tra gli elementi che ci sono imposti e che spesso dobbiamo tuttavia subire.*

*Per molto tempo, il settore prove multiple è rimasto ai margini dall'eccellenza europea e mondiale, ora finalmente sembra vi sia una dimensione nuova, una inversione di tendenza. Negli ultimi dieci anni, Pietro ha saputo addentrarsi con coraggio in un mondo nuovo, ha saputo cogliere le sollecitazioni che Sveva e Dario gli ponevano quotidianamente e che lo portavano verso una nuova specialità. La strada da percorrere e ancora lunga, continuate a percorrerla insieme.*