

## CONVOCAZIONI

### Raduno Marcia – Bari 10/12/2023

Il settore tecnico, in vista dei prossimi impegni agonistici, organizza per domenica 10 dicembre 2023 un *raduno regionale* riservato alle categorie ragazzi/e, cadetti/e, convocando i seguenti atleti:

<b>COGNOME E NOME</b>	<b>ANNO</b>	<b>SOCIETÀ</b>	<b>TECNICO</b>
BARLABA SWAMI	2011	A.P.S. DUE MONDI	Dell'Atti
LOPS DARIA	2011	OLIMPIA CLUB MOLFETTA	Lopetuso
SALERNO GIULIA	2011	ASD IMPERIALI ATLETICA	Salerno
CAVALLO GAIA	2011	ATLETICA GROTTAGLIE	Catalano
CASSANO MARCO AURELIO	2011	FIAMMA OLIMPIA PALO	Zaccheo
IORE NICOLA	2011	U.S. FOGGIA	Tigre
QUERO ALESSANDRA	2010	DON MILANI MOTTOLA	Gentile
CUSCITO MARISOL	2010	FIAMMA OLIMPIA PALO	Zaccheo
PONTRANDOLFO MARIACECILIA	2010	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
COLAPINTO GIANPAOLO	2010	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
SORRESSA DAVIDE	2010	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
CORMIO DANIELE	2010	OLIMPIA CLUB MOLFETTA	Pappagallo
AVITTO STEFANIA	2009	FIAMMA OLIMPIA PALO	Zaccheo
RIZZO DAVIDE	2009	A.P.S. DUE MONDI	Dell'Atti
CAFERRA ADRIANO	2009	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
PERONA ALESSIA	2008	U.S. FOGGIA	Tigre
NETTIS MARISOL	2008	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
RUSCIGNO SARA	2008	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
MALLARDI VANNI	2008	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino
DE BENEDICTIS CRISTIANO	2008	ATLETICA GIOVANILE ACQUAVIVA	Giustino

#### Programma

<b>Ora</b>	<b>Lavoro</b>
09:00 - 09:15	Ritrovo ed accredito partecipanti
09:30 - 12:00	Tecnica ed efficienza muscolare
12:00 - 13:00	- Pausa pranzo
13:30 - 15:00	- Dialogo tecnico stagione 2023
15:00 - 16:30	marcia in progressione su distanze differenziate

Il raduno OPEN (cat. ragazzi e cadetti) si terrà presso il Campo Bellavista di Bari con ritrovo alle ore 9:00. Gli atleti dovranno essere necessariamente accompagnati dai propri allenatori e portare un tappetino per esercizi. Gli allenamenti saranno guidati da Tommaso Caravella e Giovanni Zaccheo.

La Fidal Puglia provvederà ai cestini/pranzo per atleti e tecnici convocati che confermeranno la presenza. Gli interessati sono pregati di dare conferma entro giovedì 7 dicembre 2022 all'indirizzo e-mail [t.caravella@libero.it](mailto:t.caravella@libero.it) corredata dal nominativo del tecnico di riferimento.

Il Responsabile Settore Marcia  
Dr. Tommaso Caravella

Il F. T. R.  
Ottavio Andriani