

Domenica 21 Dicembre ore 9.00

Pontedera Sala Riunioni Stadio Mannucci

Il Comitato Regionale FIDAL Toscana, in collaborazione con il Centro Studi & Ricerche FIDAL, organizza un Seminario dal titolo:

“La valutazione da campo a supporto dell’allenamento: riflessioni sulle corse con ostacoli”

Relatore: Vincenzo De Luca (Caposettore Nazionale Ostacoli)

La valutazione è un momento essenziale dell’allenamento. Affidandoci a semplici test possiamo impostare il corretto programma di allenamento per sfruttare al massimo il potenziale dell’atleta

Orario: Ore 9:00 Introduzione

Ore 9:10 La valutazione a supporto dell’allenamento

Al termine sessione pratica

La partecipazione al seminario darà diritto all’acquisizione di 0,5 crediti formativi per tesserati con la Federazione Italiana di Atletica Leggera.