



Antonio
FENT

Diego
FORTUNA

Salvatore
TURCO

Movimenti **LANCI**

Prevista la diretta streaming

7 DICEMBRE 2025

Circolo Scherma Terni

Via Guido Mirimao 1

PROGRAMMA:

09:00: Accredito

ANTONIO FENT - Responsabile del settore tecnico nazionale del lancio del giavellotto

"Teoria tecnica e didattica nel lancio del giavellotto: aspetti teorici e pratici."

9:30 - 10:45 Teoria / 11:00 - 12:45 Pratica

SALVATORE TURCO - Allenatore Specialista FIDAL settore salti e ostacoli

"Il balzo: tecnica e didattica."

"Il balzo come mezzo per lo sviluppo delle varie espressioni di forza."

14:00 - 15:45 Teoria e Pratica

DIEGO FORTUNA - Biologo Nutrizionista

"Nutrire la forza: strategie trasversali per ogni disciplina sportiva, partendo dall'Atletica leggera."

16:00 - 17:30 Teoria

ISCRIZIONE

Richiesta a: movimenti_lanci@libero.it
(entro giovedì 4 dicembre, allegando la ricevuta di pagamento.)

Quota Iscrizione €25

Quota iscrizione + pranzo €40

(pausa pranzo dalle 13:00 alle 14:00)

IT 58 h 03069 09606 100000 194383

intestato a Pesistica Yepa Terni

Per info 3337403152

1 credito per tecnici Fidal
0,5CFU per studenti universitari

Organizzazione a cura di



PRESENTAZIONE RELATORI



Antonio
FENT

Responsabile del settore tecnico nazionale del lancio del giavellotto

Ex atleta azzurro giavellotto.

Proveniente dalla scuola finlandese seguita dal maestro Kari Ihalainen.



Salvatore
TURCO

Allenatore specialista FIDAL settore salti e ostacoli

Docente universitario di *"Metodologia dell'allenamento sportivo"* e *"Metodi e didattica degli sport individuali – atletica leggera"*, nel corso di laurea in Scienze motorie e sportive presso l'Università degli Studi di Perugia.

Diploma *Europee preparateur physique* presso l'Università Claude Bernard di Lione

Tecnico di IV livello europeo



Diego
FORTUNA

Biologo Nutrizionista

Segue diversi atleti azzurri come Fabbri Leonardo (Atletica), Melania Delai (Tennis), Jacopo Trulla (Rugby), Marco Canola (Ciclismo).

Ex Atleta Azzurro Discobolo