FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA | atletica italiana

FIDAL CENTRO STUDI & RICERCHE

CORSO NAZIONALE PER ALLENATORI SPECIALISTI 2023 – 2024

3° MODULO GENERALE – SEDE ONLINE

PROGRAMMA

1^ GIORNATA
SABATO 13 GENNAIO 2024

09.00 - 11.00	**IL RECUPERO – CONSIDERAZIONE GENERALI SULLE STRATEGIE DI RECUPERO** **Jacopo Vitale**
11.00 - 11.15	Coffee break
11.15 - 13.15	**SONNO E PERFORMANCE – ASPETTI TEORICI E PRATICI** **Jacopo Vitale**
13.15 - 14.30	Pausa pranzo
14.30 - 16.30	**REGOLAMENTO TECNICO: APPROFONDIMENTO, SPECIFICHE E VARIAZIONI ALLA LUCE DELLE NUOVE NORME PROMOSSE DALLA WORLD ATHLETICS** **Luca Verrascina**
16.30 - 16.45	Coffee break
16.45 - 18.45	**LA CERTIFICAZIONE SPORTIVA** **L'ATLETA DI ALTO LIVELLO** **LA GRAVIDANZA NELL'ATLETA** **LE PROCEDURE ANTIDOPING, NORME DI COMPORTAMENTO** **Maria Rosaria Squeo**

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA | atletica italiana

FIDAL CENTRO STUDI & RICERCHE

PROGRAMMA

2^ GIORNATA
DOMENICA 14 GENNAIO 2024

09.00 - 11.00	**PIANIFICAZIONE E PROGRAMMAZIONE DELL'ALLENAMENTO DI ALTA QUALIFICAZIONE NELL'ENDURANCE** **Teoria e pratica** **Luca Filipas**
11.00 - 11.15	Coffee break
11.15 - 13.15	**L'AGGIORNAMENTO: SAPER CERCARE E SAPER INTERPRETARE** **Gaspare Pavei e Gennaro Boccia**
13.15 - 14.30	Pausa pranzo
14.30 - 16.30	**NOZIONI DI STATISTICA** **Teoria e pratica** **Gaspare Pavei e Gennaro Boccia**
16.30 - 16.45	Coffee break
16.45 - 18.45	**PIANIFICAZIONE E PROGRAMMAZIONE DELL'ALLENAMENTO DI ALTA QUALIFICAZIONE NELLE DISCIPLINE DI POTENZA** **Antonio Squillante**