

# CAMPIONATO ITALIANO 10.000 METRI SU PISTA INDIVIDUALE ASSOLUTO E PROMESSE U/D OPEN

## PROGRAMMA

**ore 10.00**

Pacing strategy nei m 10.000;  
come cambiare ritmo nel finale di gara

**Claudio Panno**

**ore 11.00** - Coffee break

**ore 11.15**

Programmazione tecnico-tattica-agonistica dei  
m 10.000 negli anni '80 e le differenze/difficoltà  
che si incontrano oggi

**Giorgio Rondelli**

**2 MAGGIO 2021**  
**ORE 10.00**  
**STADIO DI ATLETICA LEGGERA**  
**"MARIO SAVERIO COZZOLI" MOLFETTA**  
**CONVEGNO SUL MEZZOFONDO**

SPONSOR TECNICI

  
sound mind, sound body™

  
planet sport  
www.planet-sport.it

  
exprivia  
the IT Company

  
NEL DIRITTO  
EDITORE

  
PUGLIA  
life

  
Fasciano  
L'ARTE DEL FORNO

  
mancini  
group

  
Allianz

  
TOTORIZZO  
GROUP  
www.totorizzo.com

  
DAI  
OPTICAL INDUSTRIES  
A Knowledge Company

  
OLEIFICIO  
COOPERATIVO  
Terra di  
OLIVI  
MOLFETTA

  
DUE PALME  
CANTINE DEL SUD

  
OTTICA "RELLA"

  
COFFEE POINT  
Via F. Campanella 81, Molfetta

  
energie  
puglia  
LUCE GAS