

<b>Modulo METODOLOGICO in Videoconferenza</b>			
<i>MATERIE</i>	<i>DOCENTI</i>	<i>Data Incontri</i>	<i>Orario</i>
<b>Presentazione del Corso</b>	FIDAL	<b>Sabato 22/10</b>	08:30
<b>Fisiologia</b>	Stefano RIGHETTI	<b>Sabato 22/10</b>	09:00 – 11:00
<b>Preparazione fisica di base</b>	Stefano SERRANO' Federico APOLLONI	<b>Sabato 22/10</b>	11:00 – 13:00
<b>Metodologia dell'allenamento Forza</b>	Nicola SILVAGGI	<b>Mercoledì 26/10</b>	18:00 – 20:00
<b>Metodologia dell'allenamento Endurance Programmazione</b>	Luca FILIPAS	<b>Sabato 29/10</b>	09:00 – 11:00
<b>Principi generali della metodologia dell'allenamento</b>	Lorenzo PUGLIESE	<b>Sabato 29/10</b>	11:00 – 13:00
<b>Biomeccanica</b>	Gaspare PAVEI	<b>Mercoledì 2/11</b>	18:00 – 20:00
<b>Principi generali della Valutazione</b>	Stefano SERRANO'	<b>Mercoledì 2/11</b>	20:00 – 22:00
<b>Modulo TECNICO TEORICO in Videoconferenza</b>			
<i>MATERIE</i>	<i>DOCENTI</i>	<i>Data Incontri</i>	<i>Orario</i>
<b>Velocità</b>	Filippo DI MULO	<b>Mercoledì 9/11</b>	18:00 – 20:00
<b>Mezzofondo Fondo</b>	Federico LEPORATI	<b>Sabato 12/11</b>	09:00 – 11:00
<b>Montagna e Trail</b>	Paolo GERMANETTO	<b>Sabato 12/11</b>	11:00 – 13:00
<b>Lanci</b>	Nicola VIZZONI	<b>Mercoledì 16/11</b>	18:00 – 20:00
<b>Marcia</b>	Alessandro GANDELLINI	<b>Mercoledì 16/11</b>	20:00 – 22:00
<b>Salti</b>	Claudio MAZZAUFO	<b>Sabato 19/11</b>	09:00 – 11:00
<b>Prove Multiple</b>	Graziano CAMELLINI	<b>Sabato 19/11</b>	11:00 – 13:00
<b>Modulo TECNICO-PRATICO in presenza su 3 sedi NordEst – NordOvest - CentroSud</b>			
<i>MATERIE</i>	<i>DOCENTI</i>	<i>Data Incontri</i>	<i>Orario</i>
<b>Mezzofondo e Fondo</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Venerdì 25/11</b>	15:00 – 17:00
<b>Marcia</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Venerdì 25/11</b>	17:00 – 19:00
<b>Salti in estensione</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Sabato 26/11</b>	08:00 – 10:00
<b>Salto con l'asta</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Sabato 26/11</b>	10:00 – 12:00
<b>Salto in alto</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Sabato 26/11</b>	12:00 – 14:00
<b>Velocità</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Sabato 26/11</b>	15:00 – 17:00

<b>Ostacoli</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Sabato 26/11</b>	17:00 – 19:00
<b>Lanci: peso e martello</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Domenica 27/11</b>	08:00 – 10:00
<b>Lanci: giavellotto e disco</b>	<b>Settore Tecnico Nazionale</b>	<b>Domenica 27/11</b>	10:00 – 12:00