

CONVEGNO DI AGGIORNAMENTO TECNICO SCIENTIFICO

RISERVATO A TECNICI ISTRUTTORI, ALLENATORI, DIRIGENTI E COLLABORATORI SOCIETÀ E ASPIRANTI TECNICI

ALA' DEI SARDI 25 FEBBRAIO 2023

**PRESSO CENTRO PASTORALE POLIVALENTE DON GIUSEPPE
VIA PARROCCHIA 13, ALA' DEI SARDI**

IL SETTORE TECNICO REGIONALE FIDAL SARDEGNA, ORGANIZZA IN COLLABORAZIONE CON IL CENTRO STUDI & RICERCHE DELLA FIDAL, UN CONVEGNO DI AGGIORNAMENTO TECNICO SCIENTIFICO E APPROFONDIMENTO PER I TECNICI DELL'ATLETICA LEGGERA.

LA PARTECIPAZIONE AL CONVEGNO, LIBERA E GRATUITA, DOVRÀ ESSERE COMUNICATA, INVIANDO LA PROPRIA RICHIESTA DI ADESIONE ENTRO E NON OLTRE IL 22 FEBBRAIO ALLA MAIL DELLA SEGRETERIA REGIONALE federalai@fidalsardegna.it

Per la partecipazione al convegno verrà riconosciuto 0,5 crediti FIDAL.

PROGRAMMA

DALLE 14:00 ALLE 14:30 ACCREDITO PARTECIPANTI

DALLE 14.30 ALLE 15:00 SALUTI E INTERVENTI AUTORITÀ

- DALLE 15:00 ALLE 15:45 CLAUDIO PANNOZZO ASSISTENTE DEL SETTORE TECNICO DELLA NAZIONALE DEL MEZZOFONDO E RESPONSABILE REGIONALE MEZZOFONDO REGIONE TOSCANA.
- **"IN FORMA AL MOMENTO GIUSTO, STRATEGIE DI TAPERING NEL SETTORE ASSOLUTO".**
- DALLE 15:45 ALLE 16:15 ANDREA CABBOI RESPONSABILE SETTORE MEZZOFONDO REGIONE SARDEGNA:
- **"STRATEGIE DI TAPERING CON I GIOVANI"**
- 16:15 ALLE 16:30 COFFEE BREAK
- 16:30 ALLE 17:15 ANDEA CABBOI; **"IL CROSS TRA TRADIZIONE E INNOVAZIONE. INDICAZIONI METODOLOGICHE PER I GIOVANI MEZZOFONDISTI.** DALLE 17:15 ALLE 18: CLAUDIO PANNOZZO; **"LA VALUTAZIONE DEL CARICO DI ALLENAMENTO. DALLA TEORIA ALLA PRATICA"**
- **DALLE 18:ALLE 19:00 QUESTION TIME**

