



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **SARDEGNA**

Area Tecnica Regionale

FORMAZIONE TECNICI ATLETICA LEGGERA REGIONE SARDEGNA – autunno/inverno 2022

Il Settore Tecnico regionale FIDAL Sardegna organizza, in collaborazione con il Centro Studi & Ricerche della FIDAL, dei work-shop teorico/pratici di aggiornamento tecnico e di approfondimento per i tecnici dell'atletica leggera.

La partecipazione ai work-shop, libera e gratuita, dovrà essere comunicata inviando la scheda allegata indicando a quali seminari si vuole partecipare entro e non oltre il 12 novembre, alla mail della segreteria regionale federicalai@fidalsardegna.it.

Per ogni work-shop verrà riconosciuto 0.5 crediti Fidal.

Il programma dei seminari è il seguente:

sabato 19 novembre dalle 15 alle 19.30 domenica 20 novembre dalle 9 alle 13.30 Oristano - Campo Sacro Cuore "Gli ostacoli nel percorso di crescita del settore giovanile. Esperienze e programmazione dell'allenamento dell'ostacolista evoluto." Relatore: Prof. Giorgio Ripamonti
sabato 26 novembre dalle 15 alle 19 domenica 27 novembre dalle 9 alle 13 Cagliari - Campo Comunale Santoru "L'evoluzione della rincorsa dei salti in estensione nelle categorie giovanili e assolute." Relatore: Prof. Claudio Mazzaufò
sabato 3 dicembre dalle 15 alle 19 domenica 4 dicembre dalle 9 alle 13 Cagliari - Campo Comunale Santoru "Analisi tecnica e biomeccanica della partenza dai blocchi." Relatore: Prof. Filippo Di Mulo
sabato 17 dicembre dalle 15 alle 19 domenica 18 dicembre dalle 9 alle 13 Cagliari - Campo Comunale Santoru "Formazione del giovane mezzofondista. Il ruolo della potenza muscolare nell'allenamento della resistenza." Relatori: Prof. Federico Leporati e Prof. Pietro Endrizzi
giovedì 29 dicembre dalle 15 alle 20 Sestu - Campo Comunale "La marcia: specialità tecnica di endurance." Relatore: Prof. Patrizio Parcesepe

Cagliari, 27 ottobre 2022

Il Fiduciario Tecnico Regionale
(Fabrizio Fanni)