



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale VENETO

Ottobre – Novembre – Dicembre 2013

TERMINANDO E RICOMINCIANDO AGGIORNAMENTI E CONFRONTI

Organizzati dal Settore Tecnico Regionale del Comitato Regionale Fidal Veneto
Rivolti a tutti i tecnici del Veneto e delle altre regioni
Partecipazione gratuita. Gradita conferma via mail a cr.veneto@fidal.it

SABATO 26 OTTOBRE 2013, ore 15.00-19.00
c/o Centro Tecnico Coni, Schio (VI)

presentato dai tecnici:

- Enzo Agostini, Fiduciario Tecnico Regionale
- Michele Rossi, Responsabile Settore Velocità del Settore Tecnico Regionale
- Adriano Benedetti, Collaboratore Settore Velocità del Settore Tecnico Regionale

LA PREPARAZIONE MUSCOLARE, PRESUPPOSTO ESSENZIALE PER UNO SVILUPPO FISICO INTEGRALE

- **Analisi della metodologia dell'allenamento per lo sviluppo della forza nelle specialità dell'atletica leggera, dal generale allo specifico**

RELATORE: Prof. Roberto Bonomi, tecnico nazionale specialista, docente Università Tor Vergata Roma