



foto: Alexis Courthoud/Fidal

FENIS (AO)
25 MAGGIO 2024

**CONVEGNO
CORSA IN MONTAGNA
TRAIL
SCI DI FONDO**

in occasione del raduno collegiale
della NAZIONALE ITALIANA DI
CORSA IN MONTAGNA

**OSPITE DEL CONVEGNO IL
CAMPIONE DI SCI DI FONDO
FEDERICO PELLEGRINO**

PROGRAMMA

- ✓ ORE 09:30 Accredito partecipanti
- ✓ ORE 09:50 Saluto del Presidente Fidal Valle d'Aosta **Lyana Calvesi**
- ✓ ORE 10.00 Introduzione al Convegno con **Federico Pellegrino**: Pensieri in libertà su sci di fondo e fatiche estive
- ✓ ORE 10:25 Dalla pista in età giovanile ai trail più lunghi nella maturità agonistica, attraverso la corsa in montagna classica: un percorso tecnico coerente (**Tito Tiberti**)
- ✓ ORE 10:50 Under 20 sui sentieri: proposte metodologiche e pratiche per la corsa in montagna (**Paolo Germanetto**)
- ✓ ORE 11:15 L'importanza della corsa nella preparazione di un giovane atleta dello sci di fondo (**Manuel Tovagliari**)
- ✓ ORE 11.40 Spazio alle domande e al dibattito



Paolo Germanetto

Coordinatore Tecnico FIDAL Corsa in Montagna, Trail e Ultradistanze



Tito Tiberti

Assist. Coordinatore Tecnico FIDAL - Tecnico IV livello CONI



Manuel Tovagliari

Tecnico sci di fondo C.S. Esercito e ASIVA

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

- 📍 Sede convegno:
Fénis - Salone Tsanté de Bouva - Località Chez Sapin, 95
- ✉ iscrizione obbligatoria e gratuita al seguente link:
<https://forms.gle/RQcUWUIQken5ep336>
- 🌐 per ulteriori info: aosta.fidal@gmail.com