

L'**ASD Virtus Lucca** in collaborazione con il Comitato Regionale FIDAL Toscana e il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizza un convegno dal titolo:

## "La Costruzione dell'Accelerazione"

Relatore: Marco Airale (Tecnico Specialista Velocità)

*Marco Airale, tecnico di alcuni tra i migliori velocisti al mondo, tratterà lo sviluppo della fase di accelerazione: analizzando gli aspetti biomeccanici le esercitazioni specifiche, tramite teoria ed esempi pratici. L'argomento sarà trattato in maniera generica per i settori di velocità, ostacoli, salti.*

**Domenica 3 Dicembre ore 9:00**

Campo Scuola "Moreno Martini" di Lucca

Programma:

- Ore 9:00 Introduzione
- Ore 9:10 Intervento di Marco Airale
- Ore 12:30 Tavola rotonda e discussione

Quota iscrizione:

euro 30,00 fino al 18 novembre, euro 40,00 successivamente

Tesserati Fidal Toscana euro 20 fino al 24 novembre, euro 30 successivamente.

IBAN **IT 11 C 05034 13703 000000140879** intestato Atletica Virtus Lucca indicando l'eventuale numero di tessera FIDAL Toscana

Inviare copia della ricevuta del bonifico per e-mail a [info@virtuslucca.it](mailto:info@virtuslucca.it)

*La partecipazione al seminario darà diritto all'acquisizione di 0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera.*