

Giovedì 21 settembre ore 21.00

Webinar Tecnico

I Comitati Regionali FIDAL Toscana e Umbria in collaborazione con ASSITAL e il Centro Studi e Ricerche FIDAL, organizzano un Webinar dal titolo:

"Allenamento della forza per la categoria cadetti"

Relatore: Prof. Nicola Silvaggi
Collaboratore Sett. Tecnico Nazionale FIDAL

Orario: Ore 21.00 Introduzione
Ore 21.15 Intervento di Nicola Silvaggi
Ore 22.10 Tavola rotonda e discussione

Il corretto allenamento della forza è fondamentale per qualunque specialità. La categoria Cadetti necessita di modalità specifiche di allenamento per assecondare lo sviluppo del giovane atleta e allo stesso tempo prepararlo per l'attività delle successive categorie

Tassa Iscrizione €10 da pagarsi tramite bonifico ad ASSITAL su IBAN IT85B0503403272000000004529

Per iscriversi inviare via mail a assital@tiscali.it copia della ricevuta del bonifico con Nome, Cognome, Numero Tessera Fidal e Indirizzo Mail per le comunicazioni entro il giorno 19 settembre

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