

LANCIARE IL DISCO

di Armando De Vincentis

Lanciare il disco non è soltanto un trattato su questa disciplina olimpica, è anche un “romanzo-tecnico-didattico”, con forti ed emozionanti passaggi autobiografici e ricordi dell'autore inerenti la vita trascorsa da atleta e da allenatore. Al rigore tecnico, caratterizzante ciascun capitolo, si associa un innovativo linguaggio pedagogico-didattico, che rende il testo estremamente coinvolgente e accattivante, ulteriormente valorizzato dal dialogo continuo tra allenatore e allievo. Tecnica, didattica, storia della tecnica, anatomia funzionale, biomeccanica, ricordi personali si alternano magistralmente in 14 splendidi capitoli che siamo certi porteranno a questa splendida disciplina numerosi altri appassionati.