

WORLD CAFFÈ

Incontri con istruttori e tecnici di atletica leggera

(Anno 2022-2023)

Durata: 5 incontri serali di 2.00 h (21.00-23.00)

Periodo: Novembre-dicembre

Sede: SALA POLIFUNZIONALE SAN MASSIMO Via Anselmi n. 7/a - 37139 Verona

Partecipanti: Istruttori e tecnici di atletica leggera

Obiettivi: Approfondimento sulla didattica e sulla tecnica delle varie discipline dell'atletica leggera

Data: 23/11 Ore 21-23 1^ giornata (2.00h) Tecnico specialista: Renzo Chemello	MULTIATLETICA	ESERCIZI PREATLETICI	Esercitazioni pratiche
		CORSA AD OSTACOLI	Tecnica e didattica del passaggio dell'ostacolo
Data: 30/11 Ore 21-23 2^ giornata (2.00h) Tecnico specialista: Fabio Lotti	CORSE	PARTENZA DAI BLOCCHI	Tecnica della partenza dai blocchi
		STAFFETTA	Tecnica e didattica della staffetta
Data: 07/12 Ore 21-23 3^ giornata (2.00h) Tecnico specialista: Roberto Troiani	SALTI	SALTI IN ESTENSIONE	Tecnica e didattica
		SALTI IN ELEVAZIONE	Tecnica e didattica
Data: 14/12 Ore 21-23 4^ giornata (2.00h) Tecnico specialista: Gianni Ghidini	ENDURANCE	MEZZOFONDO VELOCE	Tecnica e preparazione
		FONDO	Preparazione e periodizzazione
Data: 21/12 Ore 21-23 5^ giornata (2.00h) Tecnico specialista: Sergio Vesentini	LANCI	I LANCI	Caratteristiche dei lanci
		LANCIO DEL GIAVELLOTTO	Tecnica e didattica del lancio del giavelotto