



CORSO AGGIORNAMENTO ALLENATORI FONDO II e III LIVELLO

ORE dalle alle	ARGOMENTO	DOCENTE	NOTE
SABATO 26 OTTOBRE			
09.00 11.00	SVILUPPO A LUNGO TERMINE DELLA PERFORMANCE: EVIDENZE SCIENTIFICHE PER IL PASSAGGIO DA JUNIOR A SENIOR	ZOPPIROLLI	
11-00 13.00	SVILUPPO A LUNGO TERMINE DELLA PERFORMANCE: EVIDENZE SCIENTIFICHE PER IL PASSAGGIO DA JUNIOR A SENIOR	ZOPPIROLLI	
14.00 16.00	METODOLOGIA DI ALLENAMENTO PER LO SCI DI FONDO: CI SONO NOVITA'?	CAMPACI	
16.00 18.00	CORRETTA ALIMENTAZIONE NELLO SCI DI FONDO: ASPETTI NUTRIZIONALI AVANZATI	DETASSIS	
DOMENICA 27 OTTOBRE			
09.00 11.00	STRATEGIE DI COMUNICAZIONE, GESTIONE DEL GRUPPO E STILI DI LEADERSHIP	VITALI	
11-00 13.00	STRATEGIE DI COMUNICAZIONE, GESTIONE DEL GRUPPO E STILI DI LEADERSHIP	VITALI	

SEDE LEZIONI:
MILANO Sede FISI

DOCENTI:
ZOPPIROLLI CHIARA CERISM ROVERETO
CAMPACI ROBERTO FISI STF
VITALI FRANCESCA UNIVERSITA' DI VERONA
DETASSIS STEFANO NUTRIZIONISTA SPORTIVO
VITALI FRANCESCA UNIVERSITA' DI VERONA