



**atletica  
italiana**



**CONVEGNO TECNICO**

***“METODOLOGIE DELL’ALLENAMENTO  
DELLA VELOCITA’ Nell’ ANNO 2022”***



**Aula Magna Centro Universitario Sportivo Catania  
05 novembre 2022 ore 9,00 - 13,00  
Via Santa Sofia 98 Catania**

## PROGRAMMA DEL CONVEGNO

**Ore 8,30 - 9,30:** Accreditalmento dei partecipanti al Convegno

**Ore 9,30 - 10,00:** Saluti Autorità

**Ore 10,00 - 10,40** Prof. Filippo Di Mulo: "La resistenza veloce nelle gare di sprint 100-200-400 metri (Allenatore benemerito FIDAL e responsabile settore velocità della nazionale italiana di Atletica Leggera)

**Ore 10,40 - 11,20** Milardi Chiara: "La velocità di crociera nei metri 400 piani dell'atletica Leggera, conoscerla, allenarla, gestirla" (allenatrice di atleti di livello internazionale)

**Ore 11,20 - 12,00** Ripa Francesco: "I mezzi speciali per lo sviluppo della forza veloce dello sprinter, i balzi e le andature tecniche" (allenatore di atleti di livello Nazionale e Responsabile del settore velocità della FIDAL Sicilia)

**Ore 12,00 - 12,40** Question time

**Ore 12,40 - 13,00** Ritiro attestati e conclusione dei lavori

Per la partecipazione al convegno dovrà essere effettuato un pagamento di euro 10,00 tramite bonifico bancario intestato alla FIDAL Sicilia (IBAN: IT 55 Q 03069 09606 100000 126118 - BANCA INTESA) (specificando l'iscrizione al convegno) ed inviare la copia di quest'ultimo unitamente alla scheda di iscrizione all'email: [marcellogiaccone@libero.it](mailto:marcellogiaccone@libero.it). entro e non oltre il giorno **1 novembre 2022**. Vista la convenzione tra la FIDAL Sicilia e l'Università Degli Studi di Catania, gli studenti del Corso di Laurea in Scienze Motorie di Catania che parteciperanno al convegno verranno esentati dal pagamento e dovranno inviare solamente la scheda di iscrizione. Il convegno sarà valido per l'attribuzione di 0,5 crediti formativi per i tecnici Fidal regolarmente tesserati per l'anno 2022.