



Il Settore Velocità del Comitato Regionale FIDAL della Lombardia con la collaborazione dell'Assital presenta:

SPRINT MON AMOUOR

**CONVEGNO NAZIONALE DEDICATO ALLA VELOCITA'
BERGAMO, PALAZZO CONI, 24 OTTOBRE 2009**

MATTINO ORE 9,30 - 12,30

I 400 METRI

ORE 9,00 REGISTRAZIONE CONVENUTI

ORE 9,30 INIZIO LAVORI PRIMA PARTE

ORE 9,30 - STEFANO ANGELELLA

Allenatore della Virtus Locarno (Svizzera), componente dei gruppi di lavoro sullo sprint della Federazione Ticinese di Atletica Leggera e della Lombardia.

ORE 9,50 - LUCA LONGHI

Allenatore specialista della società Atletica 87 Oggiono e Atletica Lecco Colombo Costruzioni, componente del gruppo di lavoro lombardo sullo sprint.

ORE 10,10 - SARO NASO

Allenatore specialista dell'Atletica Bergamo 59, responsabile del settore mezzofondo del Comitato Regionale Fidal della Lombardia.

ORE 10,30 - 12,30 DIBATTITO CON I TECNICI CONVENUTI

ORE 12,30 - 14,30 PAUSA PRANZO

POMERIGGIO, ORE 14,30 - 17,30

100 E 200 METRI

ORE 14,30 INIZIO LAVORI SECONDA PARTE
RELAZIONI DI:

ORE 14,30 - ANGELO ALFANO

Allenatore delle società Atletica Bergamo 59 e Atletica Almè; componente del gruppo di lavoro lombardo sullo sprint.

ORE 14,50 - PAOLO BRAMBILLA

Allenatore specialista delle società Estrada e Italgest, componente del gruppo di lavoro lombardo sullo sprint.

ORE 15,10 - GIOVANNI GRAZIOLI

Allenatore della società Libertas Mantova, componente del gruppo di lavoro lombardo sullo sprint.

ORE 15,30 - 18 - DIBATTITO

Coordina LUCIANO BAGOLI,
responsabile regionale del settore velocità.

Quota di iscrizione 30 €.

La partecipazione assegna punti di credito formativo.

Per Partecipare

- L'iscrizione comprende i documenti e il pranzo in un ristorante posto a circa 200 m di distanza.
- La partecipazione deve essere comunicata al Comitato Regionale FIDAL, 02 744786, o inviando un messaggio alle seguenti e-mail: tess_lombardia@fidal.it; oppure: assital@tiscalinet.it.
- La quota di partecipazione viene versata alla registrazione.

Come si raggiunge il palazzo CONI - Si trova in via Monte Gleno. Usciti dall'autostrada si va in direzione della valle Seriana (osservare le indicazioni stradali). Dopo circa 400 m si supera un semaforo; quindi (altri 400 m) si sale su una sopraelevata, discesi della quale alla destra c'è il campo di atletica. Girare alla prima strada a destra subito dopo il campo (la strada fa angolo col campo), quindi in fondo si gira a destra e troverete, sempre a destra il palazzo del CONI.

I RELATORI

Tutti i relatori sono allenatori di atleti che hanno conseguito titoli italiani (ticinesi o svizzeri nel caso di Angelella) con atleti al vertici e nazionali ininterrottamente da diversi anni.

Riteniamo che l'esperienza di questi allenatori, che non è casuale data la costanza delle prestazioni dei loro atleti, rappresenti un patrimonio inestimabile per tutti coloro che vogliono conoscere le diverse modalità di interpretazione delle metodologie di allenamento; come queste e i mezzi di allenamento siano stati adattati alle caratteristiche degli atleti. Ai 6 relatori si aggiungeranno le relazioni scritte di altri allenatori del gruppo di lavoro sullo sprint della Lombardia, che saranno consegnate nella documentazione.

Un vivo e sincero ringraziamento a tutti loro per l'appassionata e disinteressata collaborazione.

Angelo Alfano – *Insegnante di educazione fisica. Allenatore di Francesco Ravasio (47.78), campione italiano juniores sui 400 metri e Andrea Daminelli(48.07), nazionali juniores, di Sery Secre Charlene e numerosi altri sprinter di valore.*

Stefano Angelella – *Ingegnere, allenatore di Daniele Angelella (47.72), primatista ticinese juniores sui 400 m. Componente del gruppo di lavoro sullo sprint della Federazione Ticinese di Atletica Leggera e della Lombardia.*

Paolo Brambilla – *Operatore sociale, allenatore di Laura Gamba (C.I. juniores su 100 e 200 m) e Marta Maffioletti, nazionali, di Eleonora Sirtoli (2a ai C.I. promesse), nazionale sui 400 metri e numerosi altri sprinter di valore.*

Giovanni Grazioli – *Insegnante di Educazione Fisica, detiene ancora il record italiano dei 100 m allievi, ex nazionale. Allenatore di Diego Marani campione italiano 2008 e 2009 sui 200 metri, nazionale juniores.*

Luca Longhi – *Ingegnere, allenatore di Elena Bonfanti (3a ai Campionati Italiani promesse), nazionale sui 400 metri e di altri giovani velocisti e ostacolisti di valore.*

Saro Naso – *Insegnante di Educazione Fisica, responsabile regionale del settore mezzofondo. Oltre che numerosi fondisti di valore allena Marta Milani (52,72), nazionale e miglior quattrocentista italiana, e Mamadou Gueye (46.66).*