

Serata di formazione

Palestra Regazzi, Centro Sportivo Tenero, 17 aprile 2019, 19.00-21.00

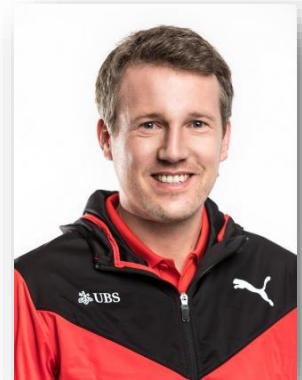
Il CAT organizza una serata formativa:

L'allenamento della forza nel mezzofondo

Relatore

Louis Heyer

- Capo allenatore del settore corse di Swiss Athletics
- Allenatore nazionale mezzofondo
- Dal corrente stagione allenatore di Selina Büchel
- Dipendente dell'Ufficio Federale dello Sport e formatore di Swiss Athletics



Programma di massima

19.00-21.00 → proposta pratica con input teorici

A seguire, per gli allenatori, pizza.

Partecipazione

La serata è intesa come momento di formazione e in questo senso è aperta a tutti gli allenatori e altri interessati.

L'allenamento sarà dispensato ai ragazzi del settore corse CAT Local. Altri atleti verranno accettati solo se vi sarà posto a disposizione.

Lingua

Francese

Costo

La serata è gratuita e aperta a tutti i soci FTAL. Costi della cena a carico degli iscritti.

Termine d'iscrizione:

mercoledì 10 aprile 2019. Per iscriversi [cliccare qui](#)

Riconoscimento

Il corso non aggiorna nessun tipo di brevetto. Il corso non prevede il formulario indennità perdita di guadagno (IPG).

Informazioni

Informazioni più precise seguiranno a iscrizioni chiuse.

Francesco Bernasconi

☎ +4179 288 40 16

✉ info@centroatleticaticino.ch

www.centroatleticaticino.ch