



La Scuola Regionale dello Sport delle Marche
organizza un workshop:

“L'ALLENAMENTO DELLA FORZA IN ETA' GIOVANILE”

4 GIUGNO 2010 - ORE 18.00

Destinatari: Insegnanti, allenatori, consulenti per l'attività motoria e tecnici di base.

Finalità: L'obiettivo del workshop è quello di proporre metodiche ed esercitazioni di allenamento della forza che gli allenatori dei giovani possono utilizzare senza la presenza del preparatore atletico. Le metodiche proposte sono state sperimentate personalmente dal relatore nei numerosi anni di attività, a vario livello, con atleti della fascia di età 14-18 anni.

Modulo organizzativo: Un incontro di carattere teorico.

Sede: La lezione si terrà presso la sala riunioni del Comitato regionale CONI Marche, Str.da Provinciale Cameranense c/o Palasport Rossini, Varano di Ancona.

Relatore:

Prof. Marco Paolini, (allenatore di pallavolo, coordinatore tecnico del Comitato regionale Marche della FIPAV).

Programma:

- ore 17.45** Accredito dei partecipanti
- ore 18.00** L'allenamento della forza in età giovanile.
Prof. Marco Paolini
- ore 20.00** Termine dei lavori



Provincia
di Ancona



Università
degli studi
di Urbino
"Carlo Bo"

Le iscrizioni dovranno essere effettuate *on line* tramite il sito internet <http://www.conimarche.it/corsi.php> o inviate a mezzo mail marche@coni.it o via fax allo 071/2900405 **entro il 3 giugno 2010**.
A quanti intervengono verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Doc.Mar. 01.05