

RADUNO OPEN CIR CENTRO

Domenica 24 gennaio, a Grosseto, si terrà il primo raduno 'open' per il CIR Centro Italia, riservato ad atleti delle categorie YOUTH A, YOUTH B e JUNIOR, ovvero nati dal 91 al 96 compresi, tesserati anche per Federazioni diverse dalla FiTri, purchè in regola con la certificazione medica.

L'organizzazione tecnica sarà affidata al Responsabile tecnico Interregionale Leonardo Altamura, coadiuvato dai tecnici societari presenti, mentre la parte logistico-organizzativa sarà curata dalla locale società SBR3.

Durante la pausa-pranzo, il Responsabile Nazionale del settore giovanile, Francesco Fissore, terrà un intervento relativo ai nuovi regolamenti specifici FiTri-ITU.

La partecipazione come auditori a tale intervento renderà valido il raduno come aggiornamento tecnici 2010, purchè vengano seguite anche tutte le parti pratiche (esercitazioni/test) previsti nel corso della giornata.

Di seguito il programma dettagliato del raduno:

ore 10:30 ritrovo presso Piscina Via de' Barberi, 108 Grosseto (uscita Grosseto SUD)

ore 11-12.30 nuoto: esercitazioni tecniche e test sui 200sl

ore 13 pranzo presso ristorante del campo di atletica Bruno Zauli, Piazzetta Michelangelo (di fronte allo Stadio di Calcio U.S. Grosseto)

ore 14:30-15:30 aggiornamento tecnici (parte teorica)

ore 16 corsa: esercitazioni tecniche e test sui 1000m

ore 17:30 termine dei lavori

NB: PER UN'OTTIMALE ORGANIZZAZIONE DELLA GIORNATA, LE SOCIETA' SONO PREGATE DI COMUNICARE ALLA SEGUENTE E-MAIL leoaltamura@yahoo.it IL NUMERO DEGLI ATLETI + EVENTUALI ACCOMPAGNATORI (SPECIFICARE SE TECNICI O GENITORI) CHE INTENDANO PARTECIPARE AL PRANZO CONVENZIONATO A 10 EURO (PASTA AL POMODORO, AFFETTATI MAGRI, PARMIGIANO).