



**VENERDI 30 OTTOBRE 2015**

**ATLETICA 5 CERCHI SEREGNO – SERATA DI INCONTRO CON GENITORI E ATLETI**

**Seregno - Sala Civica Monsignor Gandini (via XXIV Maggio)**

Per iniziare al meglio la stagione 2016, la società incontra genitori e atleti per illustrare programmi e organizzazione dell'attività 2015 – 2016. **Ritrovo ore 20.30.**

A seguire - dalle 21.30:

**INCONTRO FORMATIVO – L'ALLENAMENTO DEL GIOVANE ATLETA:  
MULTILATERALITA', QUESTA SCONOSCIUTA**

La fretta è sempre cattiva maestra, tanto più nello sport. L'atletica 5 Cerchi Seregno invita genitori e tecnici a conoscere e approfondire i temi legati all'allenamento e al percorso didattico del giovane atleta.

Relatori della serata

**MAURIZIO RONCHI** – Massaggiatore sportivo – “Infortuni e recupero nei giovani atleti”

**“Specializzazione precoce o multilateralità?”** Ne discutono:



**SERGIO PREVITALI** – Allenatore Specialista Fidal 3° livello, presidente della U.S. Atletica Vedano e dell'Associazione Culturale “Officina Atletica”



**LUCA LONGHI** – Allenatore Specialista Fidal, tecnico dell'olimpionica Elena Bonfanti, titolare della staffetta nazionale 4x400

**Inizio serata ore 20.30 – Inizio Incontro Formativo ore 21.30**