

STAGE DI TECNICA DELLA CORSA CORRO FORTE SE CORRO BENE.



QUARTA EDIZIONE!

COME MIGLIORARE LA POSTURA E I MOVIMENTI NELLA CORSA A PIEDI DI FONDO.

Lo stage consentirà ai partecipanti di acquisire le tecniche specifiche di corsa per ottenere sensibili miglioramenti nel rendimento del gesto atletico, prevenire fastidiosi infortuni e incrementare le velocità di gara a parità di dispendio energetico.

ISTRUTTORI: PIERGIORGIO ORLA TECNICO FITRI
SEBASTIANO SPINA TECNICO FIDAL E FITRI
**PARCO DEL VALENTINO – KM 0
PASSERELLA TURIN MARATHON
SEMPRE IL SABATO ORE 13.00
PARCHEGGIO PALAVELA O C.SO MONCALIERI 400**

PRIMA SESSIONE 25/10 • 8/11 • 15/11 • 23/11
SECONDA SESSIONE 29/11 • 6/12 • 13/12 • 20/12

ISCRIZIONI

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE PER OGNI SESSIONE
(4 SEDUTE OGNUNA) EURO 39.00 IN PARTE DEVOLUTA
ALL'UGI UNIONE GENITORI ITALIANI CONTRO IL TUMORE
DEI BAMBINI, A MEZZO BONIFICO SUL C/C BANCARIO
IBAN IT7510326801007052659702420
LA RICEVUTA DEL PAGAMENTO VA PRESENTATA
ALLA PRIMA SEDUTA O SPEDITA VIA MAIL.
INFO: triatorino4ever@gmail.com TEL. 3209371708
NUMERO MASSIMO 30 PARTECIPANTI PER SESSIONE**



OTTICA
Orla
GROUP

