

# 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

