



FEDERAZIONE ITALIANA HOCKEY E PATTINAGGIO SETTORE SIRI

COMUNICATO UFFICIALE N. 43/2016

Roma, 22 settembre 2016

MODIFICA LEZIONE CORSO SECONDO LIVELLO PATTINAGGIO CORSO MILANO 5 – 6 NOVEMBRE 2016

Si informa che il CR Lombardia indica la variazione della lezione in programma i giorni 5 e 6 novembre p.v. Si prega di prendere visione.

PROGRAMMA DEI CORSI.
Corso Allenatori FIHP di 2° livello
Area Nord.

PROGRAMMA CORSO
MODULO CONI

Milano 5 – 6 novembre 2016

Sabato 5 novembre	C.O.N.I Comitato Regionale Lombardia Via Giovanni Battista Piranesi, 46 - 20137 Milano sala "C" palazzina "B" piano terra.	
9:30 – 10:00	Accredito dei partecipanti	
10:00 – 13:00	Fisiologia dell'esercizio e meccanismi energetici.	<u>Ugo Monsellato</u>
13:00 – 14:00	Pausa pranzo	
14:30 – 18:30	Metodologia dell'allenamento, con particolare riferimento alla fascia di età 12-16 anni.	<u>Elisabetta Lucchini</u>
Domenica 6 novembre	C.O.N.I Comitato Regionale Lombardia Via Giovanni Battista Piranesi, 46 -20137 Milano sala "C" palazzina "B" piano terra.	
9:00 – 9:30	Accredito dei partecipanti	
9:30 – 13:00	L'allenamento combinato della Forza e della Resistenza nei giovani.	<u>Elisabetta Lucchini</u>
13:00 – 14:00	Pausa pranzo	
14:30 – 18:30	Programmazione annuale e pluriennale dell'allenamento del settore giovanile.	<u>Elisabetta Lucchini</u>

IL SEGRETARIO GENERALE
(Angelo Iezzi)