



## Programma settore sprint/ostacoli Progetto Brixia 2008/2009

DATA	ORA	CONTENUTI/OBIETTIVI	LUOGO	MATERIALE	ALLENATORI
8 gennaio 2009	18.00-20.00	Analisi partenze sui 20-30m. Ostacoli: partenza e attacco del primo e secondo ostacolo.	Fevi Locarno	chiodi	Bernasconi Angelella Bolgé
Marzo 2009 (Segue data precisa)	segue	Analisi della distribuzione dello sforzo sui 80/100m con fotocellule. Guadagno e perdita dell'arrivo al fotofinish. Analisi Gruppo elite.			Bernasconi Angelella Bolgé

**Per tutto quello non contemplato da questo programma fanno stato le comunicazioni del responsabile PB o del responsabile di settore. Gli orari sono intesi pronti per iniziare l'attività.**

**EVENTUALI ASSENZE SONO DA SEGNALARE TEMPESTIVAMENTE TRAMITE APPOSITO FORMULARIO ED DA INVIARE AL CAPOSETTORE ([french113@gmx.ch](mailto:french113@gmx.ch)) E AL RESPONSABILE PB ([french113@gmx.ch](mailto:french113@gmx.ch)).**

Francesco Bernasconi

Responsabile PB

Francesco Bernasconi

Caposettore sprint/ostacoli

Powered by

