



<b>CORSO TECNICO FEDERALE 3° LIVELLO SNAQ 2023 IN PRESENZA 21- 22-23 aprile</b>		
<b>Venerdì 21/04/2023</b>		
15.00	organizzazione dell'allenamento	Roberto Fragale
17.15	coffee break	
17.30	organizzazione dell'allenamento	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	
<b>Sabato 22/04/2023</b>		
9.00	Gestione dell'atleta in relazione allo sviluppo evolutivo e alle tappe agonistiche.	Alessandro Milan
11.00	coffee break	
11.15	Gestione dell'atleta in relazione allo sviluppo evolutivo e alle tappe agonistiche.	Alessandro Milan
13.30	lunch break	
14.30	Ricerca e sviluppo del talento	Michele Surian
16.15	coffee break	
16.30	Ricerca e sviluppo del talento	Michele Surian
19.00	fine lavori	
<b>Domenica 23/04/2023</b>		
9.00	modello di prestazione	Michele Surian



11.00	coffee break	
11.15	modello di prestazione	Michele Surian
13.30	lunch break	
14.30	valutaz. funzionale a supp. della prestazione	Roberto Fragale
16.15	coffee break	
16.30	" I sistemi energetici nell'esercizio intenso" (produzione, accumulo e smaltimento del lattato)	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	

### CORSO TECNICO FEDERALE 3° LIVELLO SNAQ 2023 IN PRESENZA 16-17-18 giugno

<b>Venerdì 16/06/2023</b>		
15.00	test di valutazione dell'atleta	Roberto Fragale
17.15	coffee break	
17.30	test di valutazione dell'atleta	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	
<b>Sabato 17/06/2023</b>		
9.00	Metodologia della tecnica e tattica	Alessandro Milan
11.00	coffee break	
11.15	Metodologia della tecnica e tattica	Alessandro Milan
13.30	lunch break	
14.30	coaching in allenamento e in gara	Michele Surian
16.15	coffee break	
16.30	coaching in allenamento e in gara	Michele Surian
19.00	fine lavori	
<b>Domenica 18/06/2023</b>		



9.00	Metodologia dell'allenamento della Forza negli sport di combattimento	Alessandro Milan
11.00	coffee break	
11.15	Metodologia dell'allenamento della Rapidità negli sport di combattimento	Alessandro Milan
13.30	lunch break	
14.30	Metodologia dell'allenamento della Resistenza negli sport di combattimento	Alessandro Milan
16.30	coffee break	
16.45	dettagli produzione del Project Work      VERIFICA FINALE	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	