MASTER FVG:
TESTATI PER IL SUCCESSO

FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA
Comitato Regionale FRIULI VENEZIA GIULIA

IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA

FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

COMITATI PROVINCIALI DI GORIZIA, PORDENONE, TRIESTE, UDINE

MASTER FVG: TESTATI PER IL SUCCESSO

Sabato 25 ottobre 2025 – Palaindoor “Ovidio Bernes”, Udine

I comitati provinciali FIDAL di Gorizia, Pordenone, Trieste e Udine, in collaborazione con il Comitato Regionale, organizzano un raduno aperto a tutti i tesserati master del FVG

QUANDO: sabato 25 ottobre 2025 dalle 10.00 alle 15.00

DOVE: UDINE - Palaindoor “Ovidio Bernes”, Via del Maglio 6/D, Udine – campo di atletica “Dal Dan”, via Torino 47

https://maps.app.goo.gl/PLynfZrjuAZgJVgu8

REQUISITI: raduno riservato alle categorie Master con regolare tesseramento in corso (FIDAL o Runcard) e certificato medico valido

PROGRAMMA ORARIO

1**0:00 – 13:00 tecnica di corsa, teoria e pratica con test e riprese**

I partecipanti, a loro scelta, verranno suddivisi in due gruppi e potranno dedicarsi ad una mattinata di velocità o mezzofondo, seguiti da:

- **DAVID FURLAN** ex atleta quattrocentista, esperto di tecnica di corsa ed ideatore del progetto “natural.run”
- **MAXIMILIANO VALCI** sprint coach del gruppo “Pro-Maxi Team”, coach “Promorun”

13:00 – 14:00 rinfresco compreso nella quota di adesione

14:00 – 15:00 analisi delle riprese e consigli tecnici individuali

ISCRIZIONI

Compilando a questo link

https://forms.office.com/r/DUAy529Jze

entro sabato 11 ottobre, con versamento di 10€ su iban IT3GE0623002202000015368725 intestato al Comitato Provinciale FIDAL TRIESTE. Per chi non riuscisse a versare la quota via bonifico (preferibile), sarà possibile consegnarla il giorno del raduno

Il raduno si terrà in presenza di un minimo di 30 partecipanti

CP GORIZIA Marinella Borghes cell. 347 9829861
CP PORDENONE Erika Bagatin cell. 348 0935547
CP TRIESTE Fausto Salvador cell. 335 7548526
CP UDINE Giuseppe Brunello cell. 339 5240816