

IVG

A Savona il clinic della velocità: nomi di spicco alla Fontanassa

di **Redazione**

10 Marzo 2017 - 11:26



Savona. Si svolgerà **sabato al campo della Fontanassa di Savona il clinic Accelerazione e massima velocità**, organizzato dal **settore tecnico del Cus Genova**, in collaborazione **con il Cus Savona**. Al centro della giornata di confronto le tecniche di allenamento per le gare di velocità dell'atletica leggera.

Marco Mura e Roberto Riccardi, tecnici delle società organizzatrici, hanno organizzato l'evento, portando nomi di rilievo assoluto a Savona e aprendo uno spazio di approfondimento e dibattito di altissimo livello.

Alessandro Nocera, Direttore tecnico della Atletica Riccardi di Milano, parlerà del ruolo del tecnico specialista; **Ezio Madonia**, tecnico del Cus Genova e già ai Giochi di Seoul e Atlanta, oltre che medaglia di bronzo nella staffetta ai mondiali di Goteborg 1995, narrerà del progresso nell'accelerazione dei blocchi negli ultimi trent'anni; **Manuel Abate**, primatista italiano nei 110 ostacoli e già ai Giochi di Londra 2012, specificherà per l'accelerazione nelle gare a ostacoli.

A moderare i lavori saranno **i professori Eugenio Paolino e Valter Superina**, della

Scuola di scienze motorie dell'Università di Genova. Interverranno anche atleti di fama nazionale, tra cui **Davide Manenti**, velocista dei 200 m a Londra 2012 e a Rio 2016, **Giovanni Galbieri**, campione europeo U23 a Tallin 2015 nel 100 m e **Federico Cattaneo**, finalista europei U23 a Tallin 2015.

Il clinic vedrà **al mattino le sessioni incentrate su riscaldamento e allenamento**, oltre agli interventi dei relatori, mentre **il modulo pomeriggio avrà una valutazione funzionale e video di accelerazione** per gli atleti presenti.