

PROGRAMMA/PROPOSTA SEZIONE TRIATHLON CUS
PARMA 2022

STAFF ALLENATORI:

Alberto Giampietri coordinatore gruppi sezione triathlon

Luca Dodi: responsabile staff allenatori e riferimento per esigenze riguardanti la pianificazione generale, preparatore bici

Matteo Filippi: preparatore corsa

Fabrizio Faelli: preparatore potenziamento muscolare e allenamento funzionale

Giovanni Fiore: preparatore nuoto

Corrado Morini- JOLLY, supporto nuoto

ORARI E GIORNI INDICATIVI ALLENAMENTO IN PRESENZA (potranno subire variazioni a seconda delle esigenze degli allenatori e degli atleti)

Lunedì nuoto c/o Piscina Ferrari V.Zarotto 18:45-20:15

Martedì corsa c/o Impianto L.Grossi V.Po 18:30-20

Mercoledì nuoto c/o Piscina Pizzetti V.G.Cesare 18:45-20:15

Giovedì corsa c/o luogo da definire volta per volta 18:30-20

Venerdì nuoto c/o Piscina Pizzetti V.G.Cesare 15-16:30 ;

preparazione fisica c/o PalaMondiale Campus 18:45-20

Sabato bici c/o luogo e orario da definire volta per volta

La quota prevista è di

- *800 € per tutto il programma, fino a fine ottobre 2022*
- *400 € per il programma duathlon, comprensivo dei soli allenamenti corsa-bici fino a fine ottobre 2022*

Entrambe le opzioni prevedono, compreso nella quota, il tesseramento FITRI e FIDAL 2022.

Per effettuare l'iscrizione è necessario il certificato medico agonistico in corso di validità con la dicitura

TRIATHLON/NUOTO/CICLISMO/ATLETICA LEGGERA.

La quota di iscrizione potrà essere saldata presso la segreteria CUS (Lun-Ven 10.30-18.30).