



Federazione  
Italiana  
Sport  
Invernali

Scuola Tecnici Federali

Discipline Nordiche e Sci Alpinismo

**CORSO AGGIORNAMENTO ALLENATORI SCI DI FONDO 2° e 3° LIVELLO**

| ORE   |      | ARGOMENTO | DOCENTE | NOTE |
|-------|------|-----------|---------|------|
| dalle | alle |           |         |      |

**SABATO 8 GIUGNO MILANO**

|       |       |  |            |  |
|-------|-------|--|------------|--|
| 09.00 | 11.00 | Materiali tecnici: indicazioni pratiche per l'attività giovanile           | Ronc Cella |  |
| 11.00 | 13.00 | Volumi ed intensità: dalla teoria alla pratica                             | Campaci    |  |
| 14.00 | 16.00 | Esempi pratici di analisi del carico interno ed esterno                    | Custodero  |  |
| 16.00 | 18.00 | Strategie di gestione dell'attenzione e della fatica negli sport invernali | Vitali     |  |

**DOMENICA 9 GIUGNO MILANO**

|       |       |   |        |  |
|-------|-------|---|--------|--|
| 09.00 | 11.00 | Strategie di comunicazione, gestione del gruppo e stili di leadership | Vitali |  |
| 11.00 | 13.00 | Strategie di comunicazione, gestione del gruppo e stili di leadership | Vitali |  |

**SEDE:** FIS Milano

**DOCENTI:**

Vitali Francesca      Università di Verona  
Scola Fulvio        FIS STF Discipline Nordiche  
Ronc Cella Francois   FIS Direzione Agonistica Fondo  
Custodero Tommaso   FIS Direzione Agonistica Fondo