

Appuntamento con il



mezzofondo...

L'Associazione Sportiva Dilettantistica Atletica Libertas A.R.C.S. organizza nel giorno di domenica 18 Dicembre 2011 presso la sede della nostra società in Via Pievaiola 166/P nei locali A.R.C.S. adibiti a palestra un incontro APERTO A TUTTI per parlare e approfondire una delle discipline più importanti ed antiche dell'atletica leggera...il mezzofondo.

L'appuntamento è alle ore 17:00 con Sandro Jovine (atleta A.R.C.S.) che parlerà di "motivazioni essenziali per l'approccio alla disciplina sportiva di resistenza" e il Prof. Luigi Esposito (tecnico della società ed ex atleta mezzofondista) che parlerà di mezzi e metodi per un avvicinamento appropriato alla preparazione del corridore".

Seguirà un dibattito aperto con i partecipanti.

Siete TUTTI invitati a partecipare...**ACCORRETE NUMEROSI!!!**

