

**Webinar 13 aprile 2026  
ore 20,30**



**Prof. Piero Incalza**

**Come costruire i mezzi  
dell'allenamento nella  
corsa prolungata**

Il prof. Incalza analizzerà i vari mezzi di allenamento utilizzati nella corsa prolungata e come essi possano essere modulati nei vari cicli di lavoro in funzione degli obiettivi prefissati e dello sviluppo delle qualità individuali

**[Clicca per iscriverti](#)**

**La partecipazione all'incontro al costo di Euro 10,00 assegna 0,5 crediti formativi ai tecnici tesserati per la Federazione italiana di Atletica Leggera**