



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

## Comitato Regionale **LOMBARDIA**

Milano, 26 febbraio 2015  
Prot. N° 1150 GV/BP/pd

Egr. Sig. Presidenti  
delle Società sotto elencate

Oggetto : **CONVOCAZIONE DEGLI ATLETI IN CALCE**  
**Raduno Progetto Junior/promesse**  
**Bergamo (BG) 7-8 marzo e 14 marzo 2015**

Il Comitato Regionale F.I.D.A.L. Lombardia promuove ed organizza un raduno per juniores e promesse riservato agli Atleti/e di interesse regionale delle specialità: velocità, ostacoli, salti, lanci

Il raduno verterà sia su esercitazioni pratiche riservate agli atleti convocati sia su incontri con tecnici esperti di settore (Paolo Camossi, Enzo Del Forno).

### Calendario raduno:

#### Campo di Via Delle Valli – Bergamo (BG)

Sabato 07/03 ore 15,30: Velocità (100/200), Ostacoli (110 hs-100 hs), Lanci (Martello e Giavellotto), Asta  
Sedute tecniche di allenamento

Domenica 08/03 ore 9,45/12,15: Lanci (Peso e Disco), Velocità (400), Ostacoli (400 Hs)  
Sedute tecniche di allenamento

Sabato 14/03 ore 14,45: Lungo - Esercitazioni tecniche di base per il salto in estensione: ricerca di una strutturazione adeguata dell'azione di stacco e correzione di errori

ore 14,45: Alto – Impostazione del salto

ore 16,30: Triplo – Esercitazioni tecniche sui balzi alternati, successivi e combinati

**ore 17,15-20,15: Incontro per tecnici**

ore 17,15-19,15: **ENZO DEL FORNO:** Impostazione del salto e correzione degli errori

ore 18,15-20,15: **PAOLO CAMOSSÌ:** Linee metodologiche per il lavoro con gli atleti delle categorie juniores e promesse.  
Esperienze di lavoro e conduzione di un centro di sviluppo di alta prestazione.

Cordiali saluti

**Il Presidente**  
**Grazia Vanni**

**Il Fiduciario Tecnico Regionale**

**Bruno Pinzin**





FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

## Comitato Regionale **LOMBARDIA**

### Atleti convocati:

<b>SOCIETA'</b>	<b>Atleti</b>
ATL. BERGAMO 1959 CREBERG	Gontarski Patrik – Asta Emaldi Matteo – Asta De Agostini Jessica – Asta Biava Gaia – Lanci Alborghetti Paola – Lanci Lolli Giulia – Lanci Bonizzoni Giuseppe – Lanci Segale Gabriele – 110 HS Ruggiero Marco – 110 HS
G. ALPINISTICO VERTOVESE	Anesa Giulio – Lanci Luponi Sara – Lanci
BERGAMO STARS ATLETICA	De Marchi Davide – 110 HS Soldarini Marco – 100/200 Biolini Giulio – 100/200
ATL. BRESCIA 1950	Molardi Roberta – Lanci Pan Stefania – Lanci Capoferri Natalina – Lanci Taini Silvia – 100 HS Tagliabue Arianna – 400 HS Pecco Alessandra – 400 Arrighi Roberta – 100/200 Herrera Abreu Johanelis – 100/200
C.S. LIB. GUSSAGO	Bagiana Harjot Singh – Lanci
ATL. CHIARI 1964 LIB.	Ugnani Marco – 400 HS Croppelli Luca – 400
ATL. RODENGO SAIANO	Blesio Andrea – 400 Pivotto Pietro – 100/200
ATL. VIRTUS CASTENEDOLO	Loda Chiara – Alto Asamoah Stephen Kobena – Alto Romano Michele – Lanci Cazzavacca Riccardo – Lungo
BRIXIA ATLETICA 2014 A.S.D.	Falocchi Christian – Alto Folli Mattia – 400 HS Ecoli Paola – Lungo Federici Andrea – Lungo – 100/200 Rovetta Dominique – Lungo Rigali Roberto – 100/200 Stefani Francesco – 100/200 Bianchini Piergiorgio – 100/200
ATL. MARIANO COMENSE	Proserpio Giacomo – Lanci
ATL. ROVELLASCA	Ceriani Nicolo' – 400
POL. LIB. CERNUSCHESE	Nicula Yannis Adrian – 400





FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

**Comitato Regionale LOMBARDIA**

G.S. BERNATESE	Vaccaro Gianluca – Lungo Rossi Davide – 100/200 Zampaglione Antonino – 100/200 Villa Alessandro – 100/200
ATL. LECCO-COLOMBO COSTRUZ.	Longhi Michele – Alto Crippa Silvia – Lanci Pierini Luca – Lanci Brambilla Andrea – 400 HS Ferrario Marta – 100 HS Agliati Marco – Triplo Aldeghi Andrea – Lungo Algarotti Gloria - Triplo
CREMONA SPORTIVA ATL. ARVEDI	Leggeri Fabio – Lanci Gerevini Sveva – Lanci Musoni Matia – Lanci
U.S. VIRTUS BINASCO ATL.	Pea Samuele – 400
U.S. ATL. VEDANO	Previtali Simona – Lanci Beretta Alessia – Triplo
CUS PRO PATRIA MILANO	Lo Verme Marco – 400
ATL. RICCARDI MILANO	Biancoli Federico – Asta Ballico Davide – Lanci Vergani Lorenzo – 400 HS Brivio Alessandro – 100/200 Rodella Stefano – 100/200
PRO SESTO ATL.	Sinesi Maria Cristina – Lanci Messina Alberto – Lanci Messina Antonella – Lungo Dell’Orto Caterina – Triplo – 100/200 Via Danja – Triplo Tagliapietra Mattia – 100/200
DAINI CARATE BRIANZA	Orsenigo Roberto – 100/200
ATL. VIS NOVA GIUSSANO	Aceti Alexander – 400
N.ATL. FANFULLA LODIGIANA	Contini Stefano – Lanci Paglione Valeria – Lungo Cortesi Beatrice – Lungo La Tella Silvia – Triplo Accetta Edoardo – Triplo Felotti Andrea – 100/200 Caddetto Eleonora – 100/200 Coriani Riccardo – 100/200
BRACCO ATLETICA	Madam Danielle Frederique – Lanci Rota Claudia – Lanci Manuel Joao Victorina – Lanci Giuriato Gaia – Lungo





FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

## Comitato Regionale **LOMBARDIA**

	Galimberti Sabrina – 100/200 Spadotto Scott Annalisa – 100/200
U.S. SANGIORGESE	Antoj Diego – Lanci Candelario Barahona Roberto Carlos – Lanci Tanase Alexandra Mihaela – Lanci
ABC PROGETTO AZZURRI	Esposito Andrea – Lungo
ATLETICA MONZA	Tettamanzi Umberto – Alto Gargantini Giulia – 100 HS Casale Nicolo' – 400 HS Pacchetti Lucia – Triplo Arosio Alessandro – 100/200
TEAM-A LOMBARDIA	Li Veli Alessandro – Lungo Veggiato Ilaria – 400 Rega Denise – 100/200
ATL. RIGOLETTO	Sorregotti Camilla – Lanci Cavicchioli Elisa – Lanci Mani Nicola – 100/200
ATL. CENTO TORRI PAVIA	Maragna Daniel – Lanci Tanagli Tommaso – 400 HS Hidalgo Veras Juan Alberto – Lungo Chahboun Mohamed Reda – Triplo Legramandi Danny – 100/200
O.S.A. SARONNO LIB.	Girardi Davide – Asta Raduazzo Dennis – Lanci Veneziano Michela – 100 HS Proverbio Chiara – Lungo Petazzi Andrea – Lungo
PRO PATRIA A.R.C. BUSTO A.	Masetti Matteo – Lanci Troiani Alexandra – 400 Troiani serena – 400 Troiani Virginia – 400 Teruzzi Giulia – 400 Petazzi Andrea – Lungo
CUS DEI LAGHI - ATL. VARESE	Caravati Paolo – 100/200
N. ATL. VARESE	Boerchi Giulia – Alto

