



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Agli atleti di interesse nazionale settore giovanile 2013-14
Ai tecnici degli atleti di interesse nazionale settore giovanile 2013-14

Il Centro Studi e Ricerche e la Direzione Tecnica Giovanile della FIDAL, al fine di fornire un supporto scientifico tecnico e metodologico, hanno il piacere di iniziare l'invio di una serie di schede didascaliche centrate sull'alimentazione e le sue dinamiche, elaborate da Prof. Enrico Arcelli.

L'obiettivo è informare e formare atleti e tecnici sul tema della educazione alimentare dei giovani. In questo senso avremo modo di inviare delle "schede" direttamente alle mail personali, con cadenza quindicinale. Le "schede", gentilmente messe a disposizione dal Prof. Arcelli, hanno una sequenza logica che, siamo convinti, avrà una sua efficacia sia a livello di tecnici-allenatori che di atleti.

Le "schede", circa 15, nella loro chiarezza e monotematicità, possono avere una vita propria ma, alla fine, si ricompongono in un "unicum" che consenta una visione rotonda, a 360°, della problematica "alimentazione" in funzione della "prestazione".

Siamo certi di aver fatto una cosa gradita a tutti, con l'intento di rivederci al più presto sui campi di allenamento e di gara.

Stefano Baldini

Direttore Tecnico Giovanile

Marcello Marchioni

Presidente Centro Studi FIDAL

Roma, 14 gennaio 2014

