



IL PERCORSO DELLA FORMAZIONE

Aggiornamento Tecnici Sportivi 2° e 3° livello Alimentazione e Doping nel tiro a segno

Roma – c/o Palazzo delle Federazioni Sportive - Viale Tiziano, 70 –
1° piano – sala 2

18 ottobre 2014

PROGRAMMA

SABATO 18 OTTOBRE 2014

ORE 11.00 – 13.00

- Alimentazione nello Tiro a Segno: effetti diretti sulla prestazione sportiva
- Come alimentarsi per la gara e per la finale
- Il ruolo degli integratori alimentari

(pausa pranzo) 13.00 – 14.00

ORE 14.00 -16.30

- Il Doping nel Tiro: dolo o ignoranza?

Docente

Dott. Giampiero Cutolo, Medico della Nazionale dell'Unione Italiana Tiro a Segno.