



**FCBARCELONA**

[fcbarcelona.com](http://fcbarcelona.com)



**FCBARCELONA**



*Jordi Llopart*

# “ SCUOLA DI ATLETICA 2005-06”



**FCBARCELONA**

**Sezione Atletica**



FCBARCELONA

FCBARCELONA

**ESCOLA D'ATLETISME FCBARCELONA**

**INFORMA'T !!!**  
**902 1899 00**

Secció Atletisme  
 atletisme@club.fcbarcelona.com

www.fcbarcelona.com

Patrocinadors Oficials FCBARCELONA

EL GRAN SEPTÈ DE PATROCINADORS  
 Informa'te'n al 902-1899-00  
 Siguem Societ

Nike, Coca-Cola, and other sponsor logos.

**fcbarcelona.com**

# LA MARCIA

## INDICE

A)- Prima tappa: **PROMOZIONE**

B)- Seconda tappa: **ATLETA**

C)- Terza Tappa: **QUALITA'**

# LA MARCIA

## 1ª Tappa: PROMOZIONE

### 1.- CLUB ATLETICO:

- Atleti diverse categorie. Allenatori. Scuola

### 2.- PROMOZIONE:

- Scuole. Club. Competizioni Promozionali.

### 3.- Piano Sportivo & Educazione

- Camminare/Correre/Marciare. La 1ª Competizione. Cross, Pista, Marcia.

# LA MARCIA

## 2ª Tappa: ATLETA

### 1.- Formare squadre per categorie

- **Aggregazione. Perfezionamento tecnico. Competitività.**

### 2.- Lavori di Gruppo

- **Comparazione stilistico/tecnica. Apprendimento su sistemi di allenamento. Amicizia e Competitività.**

### 3.- Piano del lavoro

- **Stdio/Allenamento. Doppia sessione. Programmazione di alta specializzazione**

# LA MARCIA

## 3<sup>a</sup> Tappa: QUALITA'

### 1.- QUALITA'

- Studio. Assistenza. 100% Marcia.

### 2.- NON DIMENTICARE LA TECNICA

- Dedicare tempo alla correzione tecnica. Ausilio Video.

### 3.- INSEGNARE A

- Imparare. Imparare a insegnare. Insegnare.

- ✓ PER OTTENERE RISULTATI E' NECESSARIO CONOSCERE IL SISTEMA MARCIA MONDIALE



# LA MARCIA



Sempre in Marcia

# ✦ JORDI LLOPART RIBAS

✦ E-mail:

[jordi.llopart@club.fcbarcelona.com](mailto:jordi.llopart@club.fcbarcelona.com)

✦ Cellulare: +34.650.82.61.61

✦ Ufficio: +34.93.496.36.78