

Fijlkam Judo FVG – Prot. 17J2020**Udine, 28 agosto 2020**

Spett.li

Insegnanti Tecnici Fijlkam Judo FVG

Iscritti al corso aspiranti allenatori

e, per conoscenza

Società Fijlkam Judo FVG

Scuola nazionale Fijlkam

OGGETTO: aggiornamento 2020 per insegnanti tecnici Fijlkam Judo FVG.

Prosegue il programma di aggiornamento per gli insegnanti tecnici organizzato dalla Federazione per il 2020, utili a determinare le 12 ore di aggiornamento annuale obbligatorio.

Sono stati messi in linea i tre seguenti video, al solito accessibili semplicemente copiando o cliccando le rispettive stringhe:

- la lezione del prof. Pierluigi Aschieri su *"Il carico motorio"*
<https://youtu.be/eYcGzri52oM>
- la lezione del prof. Renato Manno su *"L'allenamento della forza, aspetti generali e specifici"*
<https://youtu.be/N7Vp7TDoU8Y>
- la lezione del prof. Renato Manno su *"La scelta dei metodi e mezzi di allenamento in età giovanile"*
<https://youtu.be/tbSNpVjV2yl>

Saluti e buon lavoro a tutti,

Gianni Maman
Commissario tecnico regionale

Sandro Scano
Vicepresidente Fijlkam Judo FVG