



FEDERAZIONE ITALIANA RUGBY



Tecnico Regionale - Sicilia

telefono: 340.4980892 - e-mail: all.berrettigiuseppe@federugby.it

Catania 7 gennaio 2015

Al Centro Studi F.I.R.

Oggetto: ORGANIZZAZIONE CORSI AGGIORNAMENTO

CORSI AGGIORNAMENTO PRIMO LIVELLO

PREREQUISITI FISICI E POSTURALI DEL GIOCATORE UNDER 16

Catania - 19.01.15
Ragusa - 20.01.15
Messina - 21.01.15
Caltanissetta - 22.01.15

ORGANIZZAZIONE DELL'ALLENAMENTO IN FUNZIONE DELL'INTENSITA'

Catania - 16.03.15
Ragusa - 17.03.15
Messina - 18.03.15
Palermo - 12.03.15

CORSI AGGIORNAMENTO SECONDO LIVELLO

DAI PREREQUISITI FISICI DEL GIOCATORE UNDER 16 ALLA COSTRUZIONE DELLA DIFESA

Catania - 16.02.15
Ragusa - 17.02.15
Messina - 18.02.15
Caltanissetta - 19.02.15

DIFESA DA LANCIO DEL GIOCO

Catania - 13.04.15
Ragusa - 14.04.15
Messina - 15.04.15
Palermo - 16.04.15

Per le informazioni sulle sedi e gli orari dei corsi, gli interessati, potranno contattarmi sulle utenze suindicate.

**Il Tecnico Regionale F.I.R.
Giuseppe Berretti**