

## AGGIORNAMENTO CALEDARIO ALLENAMENTI REGIONALI FEBBRAIO 2014

### **Domenica 9 Febbraio**

Raduno Comitato Sprint – Brescia

Partecipazione su convocazione da parte della Commissione Tecnica

### **Sabato 15 Febbraio**

Allenamento RAID – Nirvana Verde

Seguiranno comunicazione da parte della società

### **Weekend 22-23 Febbraio**

Raduno della Nazionale Giovanile di CO – Boschi di Carrega

Partecipazione su convocazione da parte dei tecnici nazionali

#### **La commissione tecnica consiglia per tale weekend:**

- per chi vuole allenarsi in carta, la partecipazione alla gara regionale di domenica 23/02 presso i Boschi di Carrega (PR). Alla gara saranno presenti due membri della Commissione Tecnica (link: <http://www.fiso.it/gara/201411111>)
- per chi vuole allenarsi nella pura corsa, la partecipazione alla gara non-competitiva “StraBesana” organizzata dalla Polisportiva Besanese domenica 23/02. Alla gara non competitiva saranno presenti dei membri della commissione tecnica ([http://www.orienteringbesanese.it/joomla/documenti/allegati\\_fe/article/128/strabesana\\_sito.pdf](http://www.orienteringbesanese.it/joomla/documenti/allegati_fe/article/128/strabesana_sito.pdf))

**Domenica 16 Febbraio:** la commissione tecnica invita alla partecipazione al “Prova l’Orienteering” organizzato dalla Polisportiva Besanese. I tecnici della società propongono un allenamento tecnico per agonisti di circa 7km.

Link: <http://www.orienteringbesanese.it/joomla/>

La commissione tecnica si sta attivando per proporre una giornata/due giorni di allenamento durante il periodo delle vacanze pasquali. Comunicazioni in merito verranno fornite nelle prossime settimane.

*Grazie per la presenza sino ad oggi, vi aspettiamo per concludere insieme questi allenamenti!*