Pubblichiamo in allegato il programma del seminario “Allenare la forza con i pesi: possibile nei giovani?” ", inserito nella piano formativo 2015 della Scuola Regionale dello Sport del Friuli Venezia Giulia.

Il seminario si svolgerà domenica 19 aprile 2015 a Cervignano (UD), in piazza Lanceri d’Aosta c/o Palestra Miossport, dalle 9:30 alle 12:20.

Le indicazioni per l’iscrizione sono riportate nella scheda tecnica allegata .