

RUGBY: A SCOPPITO SI PRESENTA LIBRO PER ALLENAMENTI EFFICIENTI

1 Dicembre 2010

L'AQUILA - L' Aipbp, Associazione Italiana di Biomeccanica e Posturologia, ha promosso la conferenza di presentazione del libro "Strength Training: l'allenamento della forza nel Rugby". Relatore sarà il professor Francesco Catonica dell'Aquila preparatore atletico Fir e allenatore Fipcf, che si terrà domani, 2 dicembre, alle 17:30 presso la nuova sede Studio Medico Lasermillennium, Residenza Villa del Carmine, Via S.Maria snc Scoppito (L'Aquila). L'ingresso è libero.

L'Aipbp con tale iniziativa vuole sostenere la rinascita culturale della nostra città e territorio così duramente provata dagli eventi noti e che tanto hanno influito sulle strutture e società sportive.

Il testo presentato si pone come lavoro di alta valenza scientifica ed innovazione per impostare e condurre una adeguata preparazione atletica ed in particolare nello sviluppo degli esercizi di forza.

La chiarezza espositiva e l'attenzione posta nelle spiegazione delle corrette esecuzioni degli esercizi, i richiami di anatomia e fisiologia ne fanno un manuale chiaro per esperti e non, di facile e piacevole fruizione. Nella speranza che questa nuova impostazione della preparazione della forza nel rugby in particolare, sia un ulteriore contributo al sostegno a tale disciplina, che vive come la nostra città e territorio momenti difficili.

Per ogni informazione tel 0862.317165 - 346.8687982.