

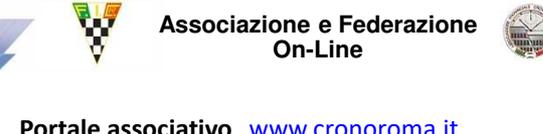


**Corso Allievi  
Roma 2018**  
28 novembre – 10 dicembre



**Programma**

Giorno	Argomenti
28 novembre – mercoledì	Presentazione Strumenti di base e Calcoli Pallamano Pugilato
03 dicembre – lunedì	Nuoto Atletica
05 dicembre – mercoledì	Equitazione Canottaggio Canoa
10 dicembre - lunedì	Motorismo



**Associazione e Federazione  
On-Line**

Portale associativo [www.cronoroma.it](http://www.cronoroma.it)  
Portale federale [www.ficr.it](http://www.ficr.it)  
Formazione [www.ficr.it/formazione](http://www.ficr.it/formazione)  
Oltre ai social

**Nozioni di cronometraggio**

