FIRENZE MARATHON EXPO 2019

I CONVEGNI DELLA FIRENZE MARATHON

VENERDI' 22 -11-2019

16:30 convegno "Firenze, la città dello sport per tutti?" Interverranno **personalità del mondo dello sport fiorentino.** Palco centrale.

18:30 convegno: **"Allenamento per il ciclismo e per il running: amici o nemici?"** Interverranno: **Davide Cassani, Stefano Baldini e altri famosi, medici, tecnici e dirigenti di ciclismo e atletica.** Palco centrale.

SABATO 23-11-2019

11:00 convegno "Nutrizione e supplementazione, prima, durante e dopo la maratona". Interverranno**: Massimo Rapetti, Luca Gatteschi, Stefano Baldini ed altri esperti del settore.** Palco centrale.

14:30 Presentazione libro di Alessandro de Gasperi. A seguire: Convegno in collaborazione con Fidal Toscana : "Le prove ripetute nell'allenamento della maratona". Interverranno oltre a **Stefano Baldini, tecnici del settore.** Palco centrale.

LE PRESENTAZIONI DEI LIBRI

VENERDI' 22 11 2019

15:30 presentazione libro "Quando cammino e penso, la corsa fra passato e futuro" di Ermes Lupi. Palco centrale.

SABATO 23 11 2019

10:45- 11:00 presentazione libro "La maratona di Firenze" di Francesco Giannoni. Palco centrale.

12:15-12:30 presentazione libro "Correre è la risposta" di Ivana Di Martino. Palco centrale.