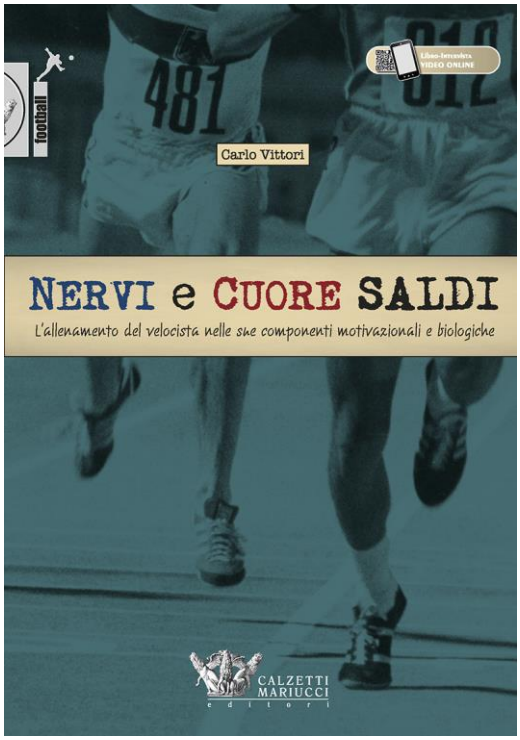
Carlo Vittori

NERVI E CUORE SALDI

L'allenamento del velocista nelle sue componenti motivazionali e biologiche



Autore: Carlo Vittori

Libro: pagine 216

Prezzo: euro 24,00

Anno di edizione: 2014

Illustrazioni: 2 colori

Rilegatura: brossura

ISBN: 9788860284129

Target: allenatori, istruttori, atleti, studenti e docenti di Scienze Motorie, tutti gli appassionati sportivi.

L'AUTORE

Carlo Vittori Nato il 10 Marzo 1931 ad Ascoli Piceno, Carlo Vittori è insegnante di Educazione Fisica in pensione, diplomato all'ISEF di Roma nel 1955. Nel 1966 fu chiamato dai dirigenti del CONI ad insegnare Ginnastica generale e Preatletismo ed Atletica leggera per le specialità di salto e di velocità presso la istituenda Scuola dello Sport. Specialità che gli vennero affidate nel 1969 dalla Federazione come unico responsabile Nazionale. Incarico tenuto fino al maggio 1974 e che fu ripreso nel 1977. Dal 1983 al 1987 è direttore tecnico della Scuola di Formia, nel gennaio 1993 viene chiamato di nuovo dalla federazione con l'incarico di responsabile, o capo settore, della velocità e degli ostacoli, fino al dicembre 1994.
Nella sua lunga carriera ha allenato numerosi atleti di fama. Menzione particolare per l'esperienza con Pietro Mennea.

Carlo Vittori racconta la professionalità e la passione con cui ha vissuto la sua vita, di atleta di elevato livello (presente già ai Giochi Olimpici di Helsinki 1952) e poi di grande allenatore/educatore (Pietro Mennea rappresentandone un esempio emblematico), e con le quali ha interpretato la sua arte.
Con l'intento di "stimolare un confronto senza pregiudizi, ma che partorisca idee ed esperienze comuni per andare oltre, a disegnare un futuro più partecipato…", Vittori si è dedicato a ed ha parlato di un fenomeno vitale per l'uomo, il movimento, e della sua applicazione nel mondo dello sport, che il movimento può esaltare e valorizzare al massimo. Ha mostrato strade e la maniera di percorrerle, ha insegnato metodi di applicazione e di dedizione per riuscire nello sport, ha elaborato una vera e propria strategia di formazione giovanile e di allenamento dei velocisti. Ha lavorato all'idea di una scuola di pensiero italiana sull'allenamento, che mostrò, fin dal suo esordio come se si potesse unire in una sintesi originale e feconda, la teoria e la pratica, la dottrina e l'esperienza, in ciò valorizzando al massimo la figura ed il lavoro dell'allenatore.

Cinque grandi filoni (suddivisi in molteplici invitanti paragrafi): **i fondamenti dell'allenamento sportivo giovanile**; la **teoria dell'allenamento**, ovvero la chiara enunciazione di ciò che questo particolare stile di vita (l'allenamento) può fare oppure non fare; la **tecnica e la forza muscolare**; la **scuola europea della velocità e le esperienze italiane**; alcune preziose ed oltremodo istruttive esperienze.

Nervi e cuore saldi è arricchito dalla presenza di quattro video, attivabili con smartphone, tablet e pc attraverso la lettura del QR code: in questi video, l'autore sviluppa alcuni contenuti della sua metodica allenante (e non solo).

Per informazioni e ordini
http://www.calzetti-mariucci.it/shop/prodotti/lallenamento-del-velocista-nervi-e-cuore-saldi

info@calzetti-mariucci.it

Libri e video per lo sport
CALZETTI MARIUCCI editori

Via Del Sottopasso 7 – 06089 Loc. Ferriera di Torgiano (PG)
Tel.: 075-5997310 Fax 075-5990491
www.calzetti-mariucci.it e-mail: info@calzetti-mariucci.it