

15/03/2019 - A.s.d. Triathlon Team Pezzutti: 16-17 marzo a Cordenons stage di triathlon con Sergio Contin, ex tecnico della Nazionale italiana



La stagione del triathlon sta per entrare nel vivo e in vista dei numerosi e probanti impegni il **Triathlon Team Pezzutti di Pordenone** per il weekend del **16-17 marzo** ha organizzato uno **stage** di allenamenti mirati con un **coach d'eccezione**, un vero e proprio guru della disciplina come **Sergio Contin**.

Originario di Marostica, Contin ha lavorato per oltre 20 anni per la **Federazione Italiana Triathlon** come **tecnico e responsabile delle varie nazionali**. Dal 2009 al 2012 ha ricoperto l'incarico di commissario tecnico della Nazionale Italiana Olimpica ai

giochi di Londra 2012, dove un suo atleta, Alessandro Fabian, si è classificato al 10° posto, attualmente il miglior risultato di sempre nel triathlon italiano maschile. Dal 2013 al 2016 è stato coordinatore delle squadre nazionali atleti élite e ha partecipato con la **Nazionale Italiana Olimpica** ai giochi di Rio 2016.

Sergio Contin è anche **preparatore** di atleti italiani e stranieri di ciclismo sia su strada che off road ed è titolare dal 1993 della struttura "Studio RX. Centro di valutazione funzionale dell'atleta", un moderno centro di metodologia e programmazione personalizzata dell'allenamento.

Lo stage si svolgerà sabato e domenica mattina presso il **Campo Sportivo di Villa d'Arco (corsa e ciclismo)**, dove la sede dei Podisti Cordenons ospiterà anche gli incontri per la parte teorica. Sabato pomeriggio, invece, i triatleti saranno impegnati nella **piscina comunale di Cordenons** per il **nuoto**. Saranno coinvolti **oltre 30 triatleti Age Group** e Junior del TriTeam Pezzutti, ai quali si aggiungerà anche una rappresentativa del Go TriTeam Gorizia. Un'occasione davvero preziosa per lavorare sugli aspetti più importanti dell'**allenamento**, con **esercitazioni specifiche** sulla **tecnica** delle tre discipline, corsa, ciclismo e nuoto, in particolare su combinati tra le frazioni delle singole nobili discipline.