

*Napoli 07/02/2025*

***Oggetto: Futuro Prossimo***

I sottoelencati atleti sono convocati per il primo stage di allenamenti, del progetto in oggetto, che si svolgerà MARTEDI' 11 Febbraio 2025, dalle ore 13.00 presso il Centro Federale di Napoli – Piscina Scandone.

Eventuali modifiche relative ad orari e giorni diversi, rispetto a quanto stabilito, saranno prontamente comunicate agli interessati. La sessione d'allenamento sarà incentrata sulla tolleranza lattacida .

**Femmine:**

Roberta Piano Del Balzo

Anna Caccavo

Gaelle De Martinis

**Maschi:**

Giulio Fernandez

Domenico De Gregorio

Pasquale Cerullo

**Tecnico:** Francesco Vespe

**Responsabile del Progetto :** Francesco VESPE  
**Coordinatore del Progetto :** Prof. Raffaele AVAGNANO

*Napoli 07/02/2025*

***Oggetto: Progetto Futuro Prossimo***

Il progetto è rivolto alle categorie juniores, cadetti ed assoluti ed è la naturale evoluzione del centro d'eccellenza che da anni coinvolge gli atleti d'élite campani:

- 3 atleti maschi j/c/a
- 3 atleti femmine j/c/a
- 4 incontri collegiali incentrati sul picco di lattato

Il progetto si articola in più fasi:

- La prima iniziale con due incontri al mese (feb-mar-apr) dove verrà svolto lo stesso allenamento a distanza di 7 gg in modo da monitorare i parametri del picco di lattato

La finalità del progetto è quella di coinvolgere inizialmente un gruppo di 6 atleti che, in maniera pionieristica, faranno da apripista, e successivamente da chioccia, ad un ampliamento dello stesso in modo da creare una continuità che dia stimolo, obiettivi ed esperienze; che avvicini in maniera più concreta gli atleti e le società al Comitato Regionale Campano e, che in maniera complessiva, faccia crescere il movimento natatorio Regionale. La categoria juniores avrebbe l'esempio e la costanza delle categorie successive.

La categoria cadetti avrebbe uno stimolo in più in quanto la partecipazione a questo tipo di progetto sarebbe un obiettivo più raggiungibile rispetto a qualificazioni in nazionale maggiore.

La categoria assoluti oltre a fare da chioccia alle categorie precedenti sfrutterebbe il progetto come test e come tappa di avvicinamento ad obiettivi più importanti.

**Responsabile del Progetto :** Francesco VESPE

**Coordinatore del Progetto :** Prof. Raffaele AVAGNANO

**Il Medico del Progetto:** Dott. Maurizio Mastrorilli