



30 OTTOBRE - Ore 19
Auditorium di Via Goltieri, Asti

**STRATEGIE NUTRIZIONALI
E DI INTEGRAZIONE
PER GLI SPORT MULTIDISCIPLINARI**

Relatore dott. Bruno Sorrentino

Bruno Sorrentino, laureato in Scienze Motorie, Tecnico FITRI con la qualifica di coordinatore, Direttore sportivo FCI, tecnico alla pista di Busto Garolfo, collaboratore della rivista "Triathlete", Collaboratore Equipe Enervit. Si occupa da anni della preparazione atletica e della valutazione funzionale con specializzazione nelle discipline di endurance (ciclismo, MTB, triathlon, maratona)



**RADIO UFFICIALE
DEI CAMPIONATI ITALIANI
DI PENTATHLON AD ASTI**



Comune
di Asti



Federazione Italiana
Pentathlon Moderno



Provincia
di Asti



Comitato Olimpico
Nazionale Italiano

CAMPIONATO ITALIANO ASSOLUTO

Combinato • Triathlon • Tetrathlon M/F

**MANIFESTAZIONE NAZIONALE
DI AVVIAMENTO**

Eso B Cuccioli Minicuccioli M/F



ASTI 30-31 OTTOBRE 2010

Venerdì 29 OTTOBRE 2010

ASTI, Via Gerbi • Sala Riunione, Piscina Comunale

Ore 21,00 Riunione tecnica

Sabato 30 OTTOBRE 2010

SCHERMA

ASTI, Via Gerbi • Palazzetto dello Sport

Ore 8,00 Riscaldamento
Ore 8,30 Inizio gara

NUOTO

ASTI, Via Gerbi • Piscina Comunale di Asti

Ore 14,00 Riscaldamento unico
Ore 14,30 Inizio gara Assolute F
Inizio gara Assoluti M
Riscaldamento unico
Inizio gara Eso B F/M
Inizio gara Cuccioli F/M
Inizio gara Minicuccioli F/M

COMBINED EVENT

ASTI, Via Gerbi • Campo scuola, Poligono

Ore 16,00 Riscaldamento 25'
Ore 16,35 Inizio gara Assolute F
Ore 19,00 Convegno Enervit: Strategie nutrizionali e di integrazione per gli sport multidisciplinari
Auditorium di Via Goltieri, Asti

Domenica 31 OTTOBRE 2010

COMBINED EVENT

ASTI, Via Gerbi • Campo scuola, Poligono

Ore 8,00 Riscaldamento 25'
Ore 8,25 Inizio gara Assoluti M

CORSA

ASTI, Via Gerbi • Campo scuola comunale

Ore 11,00 Riscaldamento unico
Ore 11,30 Inizio gara Eso B F/M
Inizio gara Cuccioli F/M
Inizio gara Minicuccioli F/M

A fine gara cerimonia protocollare di premiazione

ElettroBi
di Pierangelo Binello

SE
sport evolution

GO Asti

IMPIANTI ELETTRICI E RETI CABLATE
PER TELEFONIA E TRASMISSIONE DATI
14100 ASTI - Via Ventura, 42 • Tel. e Fax 0141 34578
Cell. 335 297963 • E-mail: info@elettrobi.it

Vintage Tour Consorzio Operatori Turistici Asti e Monferrato
P.za Roma 13 - 14013 - Asti - Italy Tel +39 0141 599468 - info@terredasti.it

LA CONTRADA DEI PIACERI

Validità offerta: 28 novembre 2010; tutto l'anno per gruppi di almeno 40 persone.

IN VOLO TRA LANGHE E MONFERRATO

Validità offerta: tutto l'anno escluso gennaio

- Battesimo del volo: volo di mezz'ora circa per gruppi di almeno 10 persone
€105,00 a persona
- Volo di Vino: Volo di 1 ora circa per gruppi di almeno 3 persone
€220,00 a persona
- Volo exclusive: Volo di 1 ora circa per singoli o coppie con mongolfiera riservata
€600,00 a pax

IN MOTO TRA LANGHE E MONFERRATO

Validità offerta: sempre
€70,00 a persona



MAKHIMO
office imaging technology

GANDOLFO S.A.S.
FORNITURE PROFESSIONALI
DI FERRAMENTA
OTTONAMI E SERRATURE

il Ristorante La Rotonda
Bar Piscina

Via Migliardi, 9 - NIZZA MONFERRATO AT
Tel. 0141 726035