



# CORSO DI PREPARAZIONE ATLETICA

**Per i concorsi  
nelle Forze Armate  
e nel Comune  
di Foggia**



**Il corso è tenuto dal prof. Luciano Mazzilli istruttore e preparatore del Cus Foggia.**

**Gli allenamenti si svolgeranno all'interno degli impianti cussini dotati di pista di atletica regolamentare e di tutte le attrezzature necessarie per preparare al meglio le prove richieste e sviluppare in modo adeguato resistenza, forza e agilità.**

**Tutti i candidati potranno scegliere tra diverse soluzioni, tra cui:**

- allenamento singolo
- pacchetto da quattro allenamenti
- pacchetto da sei allenamenti
- pacchetto da dieci allenamenti

**Il corso si svolgerà il lunedì, martedì e giovedì a partire dalle ore 14:30.**

**Ogni seduta d'allenamento avrà la durata di 60 minuti.**

**INFO: SEGRETERIA CUS FOGGIA  
C/O Complesso sportivo universitario  
VIA NAPOLI, 109 . 71122 FOGGIA  
TEL 0881.716923 - TEL/FAX 0881.718021  
email: [segreteria.cusfoggia@unifg.it](mailto:segreteria.cusfoggia@unifg.it)  
sito: [www.cusfoggia.com](http://www.cusfoggia.com)**