



Prot. n. 17/2022

Alle società affiliate del Piemonte e  
della Val d'Aosta

Torino, 23 novembre 2022

**Oggetto: Sessioni regionali Decathlon Challenge e FICK Coach**

In attuazione delle circolari federali n. 92/22 e 94/22 siamo a comunicare le date previste per le attività in oggetto.

**2022**

4 dicembre, Candia c/o Canoa Candia A.S.D., inizio ore 9.30

*1^ BATTERIA TEST TERRITORIALE FICK COACH*

VELOCITA': Test corsa 5000 m, Test Trazioni alla sbarra (pull up) in 1 minuto, Efficienza della pagaiata 200 m, 2000 mt in K1 o C1 (se maltempo Cooper Test)

Modalità di conferma partecipazione: Matteo Tontodonati, [matteotontodonati@yahoo.it](mailto:matteotontodonati@yahoo.it), tel 3452307560

**2023**

14 gennaio orario e sede da definire

*PROVA QUALIFICA FASE NAZIONALE DECATHLON CHALLENGE - FASE REGIONALE*

DISCESA, PARACANOVA, POLO: Prova sui 500 m

SLALOM, VELOCITA': Prova sui 1000 m

Modalità di conferma partecipazione: da definire

26 febbraio orario e sede da definire

*2^ BATTERIA TEST TERRITORIALE FICK COACH*

VELOCITA': Test corsa 5000 m, Test Trazioni alla sbarra (pull up) in 1 minuto, Efficienza della pagaiata 200 m, 2000 mt in K1 o C1 (se maltempo Cooper Test)

Modalità di conferma partecipazione: da definire

Si rimanda alle circolari per i dettagli inerenti la partecipazione. Seguirà comunicazione per le due sessioni del 2023.

Con l'occasione si porgono cordiali saluti.

Il Segretario  
Silvano Catufa

Il Presidente  
Mauro Crosio

