



Zona Sportiva  
**SAN MARTINO BUON ALBERGO**  
Lunedì 16 maggio 2011

**PARLIAMO DI LANCIO:  
COME FORMARE UN LANCIATORE  
UN PROGRAMMA DI TIRO SEMPLICE ED EFFICACE  
ESERCIZI SPECIFICI  
(prima seduta)**

**INIZIO STAGE ore 16.00**

**FINE STAGE ore 18.00**

**ISTRUTTORI**

GIULIO MONTANINI (PARMA BASEBALL)  
BUTCH HUGHES (COLORADO ROCKIES)