



Federazione Italiana Vela
XIV ZONA



Spett.li

Circoli Affiliati XIV ZONA FIV
alla cortese attenzione dei Sigg.ri
PRESIDENTI - DIRETTORI SPORTIVI
Responsabili Scuole di Vela - Istruttori

E p.c.
FEDERAZIONE ITALIANA VELA
COMITATO XIV ZONA FIV
Consiglieri Federali XIV ZONA FIV
CONI TRENTO - LOMBARDIA - VENETO

Loro Indirizzi eMail

Prot.lo N° 81/2016

Data, 15 novembre 2016

OGGETTO: - RADUNO ZONALE TECNICO PREPARAZIONE FISICA U16 e U12
TEST MOTORI per la VALUTAZIONE FUNZIONALE
- CONVEGNO per Genitori, Istruttori e Allenatori:
“UN APPROCCIO INTEGRATO E MULTIDISCIPLINARE ALLA PREPARAZIONE DEL GIOVANE VELISTA.”

ISTITUTO SACRA FAMIGLIA CASTELLETO DI BRENZONE, Sabato 26 novembre 2016

In relazione alla programmazione dell'ATTIVITA' SPORTIVA GIOVANILE della XIV Zona in accordo con il COMITATO di ZONA F.I.V ed il Referente del programma Zonale "Sviluppo Giovani 2016 " – Coordinatore Tecnico Zonale Mattia Lonardi - comunichiamo l'organizzazione del **Raduno Zonale Tecnico Preparazione Fisica** destinato a tutti gli atleti **Under 12, Under 16.**

L'appuntamento è fissato per **sabato 26 novembre** alle **ore 14.00** presso la sede dell'Istituto Sacra Famiglia di Castelletto di Brenzone e seguirà il programma allegato.

Per il terzo anno abbiamo deciso di affiancare alla ormai consueta batteria di test fisici dedicata ai ragazzi, anche un momento informativo e formativo dedicato in prima seduta a Genitori, Istruttori e Allenatori e in seconda seduta ai ragazzi per approfondire grazie a dei Professionisti esperti del settore i temi della PREVENZIONE fisica e FISIOTERAPIA, della PREPARAZIONE FISICA e della PSICOLOGIA dello SPORT.

Per genitori, istruttori e allenatori saranno proposti dalle ore **14.30** i seguenti interventi:

Prof. Ercolino Maurizio: fisioterapista:

“Prevenzione delle patologie posturali del giovane velista”

Dott.ssa Maraspin Stefania: psicologa dello Sport:

“Sailing & Sailing with pressure, due sport differenti”

Questi professionisti collaborano con START PERFORMANCE Friuli www.startperformancefvg.it
Responsabile Marzio Braidà Cell.335-6447756 marziobrida@gmail.com

Per i ragazzi invece verrà eseguita una batteria di sei test di valutazione atletica (ripetuta per 2 volte), seguendo il protocollo che la Federazione ha istituito nel quadriennio precedente per il settore U16. La sessione di test sarà seguita dal Tecnico Zonale responsabile di questo settore **Dott. Santiago Lopez** (Laurea magistrale in Scienze dello sport e della preparazione fisica) con l'aiuto del Coordinatore Tecnico Zonale **Mattia Lonardi** e del Tecnico Zonale **Gabriele Ghirotti**.

Si raccomanda i partecipanti di presentarsi con abbigliamento sportivo e scarpe ginniche adatte all'attività e con l'abbigliamento di ricambio.

Le iscrizioni sono gratuite per tutti i partecipanti e devono pervenire sull'apposito modulo possibilmente entro

GIOVEDI' 24 NOVEMBRE

per ovvie ragioni organizzative a firma del Presidente e/o del Direttore Sportivo del Circolo compilando la modulistica allegata.

Si raccomanda il tesseramento FIV convalidato dalla visita medica come da Normativa Nazionale FIV in vigore.

E' gradita anche l'iscrizione dei partecipanti al convegno mezzo e-mail (xiv-zona@federvela.it)

Il Comitato della XIV Zona FIV con questa ulteriore iniziativa del programma " **Sviluppo Giovani 2016**" intende supportare i giovani equipaggi e futuri atleti dei sodalizi sportivi con una occasione integrativa per proseguire quanto ampiamente proposto e sviluppato negli ultimi anni con il progetto *UNDER 16*, *TALENTO* ed ora *SVILUPPO GIOVANI* al fine di ampliare le conoscenze relative alle discipline veliche per la quale la F.I.V e i suoi Comitati Regionali si stanno prodigando per una comparazione tra i coetanei dei vari vivai agonistici adoperandosi per ulteriori momenti aggreganti, importanti anche per gli Istruttori e con l'auspicio che i Direttori Sportivi ne siano partecipi.

Pertanto si invia i Sig.ri Presidenti affinché destino nei propri Referenti il massimo interesse alla partecipazione con volontà di cooperazione e di collaborazione per rendere l'evento il più possibile **sicuro** e formativo.

Sicuri di una Vostra collaborazione e partecipazione, porgiamo anche a nome dei Componenti del Comitato e dello Staff Tecnico Zonale i migliori saluti.

Coordinatore Tecnico Zonale

f.to Mattia Lonardi

COMITATO XIV ZONA FIV

Dalla sede Sociale, 21 novembre 2016

CONTATTI :

Segreteria :

XIV ZONA FEDERVELA - e Mail xiv-zona@federvela.it

C.T.Z Attività Sportiva Giovanile XIV Zona :

Mattia LONARDI : cell.re 348 04 37 892 - mattialona@hotmail.com



RADUNO ZONALE TECNICO PREPARAZIONE FISICA U16 e U12

TEST MOTORI per la VALUTAZIONE FUNZIONALE

CONVEGNO per Genitori, Istruttori e Allenatori:

“UN APPROCCIO INTEGRATO E MULTIDISCIPLINARE ALLA PREPARAZIONE DEL GIOVANE VELISTA”

ISTITUTO SACRA FAMIGLIA CASTELLETO DI BRENZONE, 26 novembre 2016

PROGRAMMA

- 13.30** **INCONTRO OPERATORI E BRIEFING INIZIALE STAFF**
- 14.00** **ARRIVO PARTECIPANTI ALL'ISTITUTO “SACRA FAMIGLIA”
CONSEGNA SCHEDE TEST PRESSO LA PALESTRA**
- 14.15** **RITROVO IN SALA CONFERENZE per GENITORI, ISTRUTTORI
ALLENATORI**
- 14.15** **PRESENTAZIONE RADUNO E SUDDIVISIONE GRUPPI DI LAVORO,
RISCALDAMENTO**
- 14.30** **INIZIO CONFERENZA: 1° INTERVENTO**
- 14.45** **INIZIO BATTERIA TEST DI VALUTAZIONE ATLETICA**
- 15:15** **CONFERENZA: FINE 1° INTERVENTO**
- 15:30** **CONFERENZA: 2° INTERVENTO**
- 16:15** **CONFERENZA: FINE 2° INTERVENTO**
- 16.30** **SALUTI FINALI E TERMINE CONFERENZA**
- 17:30** **CHIUSURA TEST E BRIEFING DI FINE GIORNATA**

Al termine sarà offerto un momento conviviale per tutti i partecipanti

Si raccomanda a tutti i partecipanti di essere muniti di abbigliamento sportivo con scarpe ginniche e abbigliamento di ricambio.

Si richiede la collaborazione attiva degli ISTRUTTORI ed Allenatori/Accompagnatori presenti.

FEDERAZIONE ITALIANA VELA - COMITATO XIV ZONA
Trentino Alto Adige e Lago di Garda
c/o C.O.N.I Trento P.zza Fiera,13 - 38122 TRENTO
xiv-zona@federvela.it - xivzona@federvelapec.it - <http://xiv-zona.federvela.it>
CODICE FISCALE: 95003780103 PARTITA IVA: 02786020103