

CORSO MONOTEMATICO PER ALLENATORI DI NUOTO DI PRIMO E SECONDO LIVELLO
“L’allenamento nel rispetto dello sviluppo giovanile”
Vimercate (MI), 25 maggio 2019

Direzione: Roberto Del Bianco
 Conduzione: Roberto Formenti

08.30 – 09.00	Accredito e consegna del materiale	
09.00 – 09.15	Saluto delle autorità	
	Roberto Del Bianco	Consigliere Federale Responsabile SIT e Settore Nuoto
	Danilo Vucenovich	Presidente CR Lombardia
	Roberto Formenti	Coordinatore SIT Lombardia
09.15 – 09.45	Dal nuoto educativo ai risultati di vertice	
	Roberto Del Bianco	
09.45 – 10.30	Le caratteristiche dello sviluppo del pre-adolescente	
	Adriana Lombardi	
10.30 – 11.15	Alimentazione e sviluppo: linee guida	
	Eleonora Angelini	
11.15 – 11.30	Intervallo	
11.30 – 12.15	La progressività dei carichi di lavoro	
	Fabrizio Miletto	
12.15 – 13.00	Il giovane nuotatore: requisiti e peculiarità	
	Cesare Butini	
14.30 – 15.15	Il contesto: profilo dell’attività nazionale	
	Cesare Butini	
15.15 – 15.45	Analisi di un macrociclo	
	Cesare Butini	
15.45 – 16.15	Intervallo	
16.15 – 17.45	Esperienze di campo	
	Marco Pedoja	
	Davide Pontarin	
17.45 – 18.30	Open space con l’intervento di tutti i relatori	
18.30	Chiusura dei lavori e consegna degli attestati	

Roberto Del Bianco	Consigliere Federale Responsabile SIT e Settore Nuoto
Eleonora Angelini	Biologa nutrizionista
Cesare Butini	Direttore Tecnico Squadre Nazionali
Adriana Lombardi	Psicologa dello Sport
Fabrizio Miletto	Allenatore di Nuoto – Collaboratore SIT
Marco Pedoja	Allenatore di Nicolò Martinenghi
Davide Pontarin	Allenatore di Nuoto – Collaboratore SIT

I lavori si svolgeranno presso la Biblioteca Civica di Vimercate – Piazza Unità d’Italia.

Quote di partecipazione:

Tesserati FIN	€ 80,00
Non tesserati FIN	€ 120,00
Coordinatori Regionali SIT e collaboratori del SIT Nazionale	Gratuito



L'iscrizione al corso e il pagamento della relativa quota di partecipazione dovrà essere effettuata nel nostro portale: portale.federnuoto.it entro e non oltre il 16 maggio 2019

Coloro i quali non hanno una utenza nel gestionale dovranno trasmettere il modulo di adesione allegato compilato in ogni sua parte unitamente alla copia di un documento d'identità in corso di validità all'indirizzo e-mail sit@federnuoto.it o via fax al n. 06/36200032 entro e non oltre il 2 maggio 2019. Una volta registrati sarà possibile effettuare il pagamento nel nostro portale: portale.federnuoto.it entro e non oltre il 16 maggio 2019.

Per informazioni dettagliate contattare ufficio SIT – FIN 06/36200022-441-451 – e-mail: sit@federnuoto.it

Si ricorda che la partecipazione al corso varrà 50 crediti formativi per gli Allenatori di Nuoto I e II livello.

Segreteria: Paola Cardarelli
Alessandra Cester
Franco Ciaramella
Consuelo Piloca
Patrizia Vasta