

**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 <b>Roberto Del Bianco</b> Consigliere Federale Responsabile SIT e Settore Nuoto <b>Danilo Vucenovich</b> Presidente CR Lombardia <b>Roberto Formenti</b> Coordinatore SIT Lombardia
09.15 – 09.45	Dal nuoto educativo ai risultati di vertice <b>Roberto Del Bianco</b>
09.45 – 10.30	Le caratteristiche dello sviluppo del pre-adolescente <b>Adriana Lombardi</b>
10.30 – 11.15	Alimentazione e sviluppo: linee guida <b>Eleonora Angelini</b>
11.15 – 11.30	Intervallo
11.30 – 12.15	La progressività dei carichi di lavoro <b>Fabrizio Miletto</b>
12.15 – 13.00	Il giovane nuotatore: requisiti e peculiarità <b>Cesare Butini</b>
14.30 – 15.15	Il contesto: profilo dell’attività nazionale <b>Cesare Butini</b>
15.15 – 15.45	Analisi di un macrociclo <b>Cesare Butini</b>
15.45 – 16.15	Intervallo
16.15 – 17.45	Esperienze di campo <b>Marco Pedoja</b> <b>Davide Pontarin</b>
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](http://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](mailto: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](http://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](mailto: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