



Comitato Regionale Lombardo

20137 Milano – Via Piranesi 46 – Tel. 02/7577571 – Fax 02/70127900

www.finlombardia.org e-mail: crlombardia@federnuoto.it pec: lombardia@pec.federnuoto.it

Milano, 19 dicembre 2017

Ns rif 18-160

Alle Società affiliate della F.I.N.

Loro indirizzi

Oggetto: **Progetto crescita Settore nuoto sincronizzato/artistico - Regione Lombardia**

A seguito dei grandi risultati sportivi ai Mondiali di Budapest conseguiti dagli atleti Giorgio Minisini e Manila Flamini, oro nel duo misto tecnico di nuoto sincronizzato, si è ritenuto utile organizzare degli incontri con i Tecnici federali della nazionale assoluta di Nuoto Sincronizzato, finalizzati alla promozione di questa disciplina, attraverso la comunicazione di esperienze dirette dello staff della squadra nazionale, evidenziando -sotto il profilo tecnico- l'affinamento e l'apprendimento degli aspetti della preparazione di alto livello.

Il Settore Nuoto sincronizzato/artistico del CR Lombardo invita pertanto le Società interessate a partecipare, con le proprie atlete, agli incontri di aggiornamento con il Direttore Tecnico, Sig.ra Patrizia Giallombardo, il cui lavoro è risultato determinante nella preparazione delle nostre squadre nazionali.

Si prevedono 4 incontri teorico/pratici della durata di una giornata, nelle seguenti date:

- 21 gennaio 2018 (prima giornata) – posizioni base e remate base;
- 24 marzo 2018 (seconda giornata) – impostazione boost-strut;
- 22 aprile 2018 (terza giornata) – nuoto specifico;
- 13 maggio 2018 (quarta giornata) – costruzione esercizio libero –squadra.

Le Società interessate dovranno inviare l'iscrizione al Comitato Regionale **entro il 12 gennaio** specificando il numero delle allenatrici e il nome delle atlete partecipanti (massimo 4 per Società).

Fiduciosi in una Vostra numerosa partecipazione, inviamo i nostri più cordiali saluti e gli auguri di buone feste.

Il Presidente
Danilo Vucenovich