

UNIONE ITALIANA DI TIRO A SEGNO

Staff Tecnico Regionale per la Campania

ATTIVITA' TECNICA GIOVANILE REGIONALE - ANNO 2010 -

1[^] Riunione Tecnica
Castellammare di Stabia 7 febbraio 2010

Valutazione Iniziale e Elementi Tecnici

PROGRAMMA

Ore 09,15

- Arrivo dei partecipanti.

INIZIO ATTIVITA'

- Presentazione dello Staff Tecnico Regionale.
- Illustrazione del programma annuale dell'Attività Tecnica Giovanile Regionale.
- Compilazione schede di partecipazione.
- Colloquio conoscitivo.

Responsabile Tecnico

Staff Tecnico

Ore 10,00

PREPARAZIONE FISICA

- Tiro a segno agonistico: l'importanza della preparazione fisica.

Preparatore atletico

TECNICA DI TIRO

- Il tiratore in rapporto con lo spazio: percezione di sé in rapporto al mondo esterno.

Tecnici di C10, P10

Ore 11,30

VALUTAZIONE INIZIALE

- Preparazione.
- Riscaldamento.
- Test tecnici d'ingresso.

Tecnici di C10, P10

Ore 13,00

INTERVALLO (PAUSA PRANZO)

Ore 14,15

TECNICA DI TIRO

- Elementi tecnici fondamentali.

Tecnici di C10, P10

Ore 16,00

PIANIFICAZIONE ALLENAMENTI

- Osservazioni e considerazioni.
- Proposte di lavoro per gli allenamenti.
- Riunione di coordinamento Staff tecnico e Tecnici sezionali.

Staff Tecnico

Ore 16,30

CHIUSURA LAVORI

- Rientro alle proprie sedi.

IL RESPONSABILE TECNICO
Aniello ZITO