

UNIONE ITALIANA DI TIRO A SEGNO

Staff Tecnico Regionale per la Campania

ATTIVITA' TECNICA GIOVANILE REGIONALE ANNO 2013

2^ Riunione - Castellammare di Stabia 7 aprile 2013
(Riservata ai tiratori delle Sezioni T.S.N. di Avellino, C/mare di Stabia e Eboli)

Valutazione Iniziale

PROGRAMMA

Ore 09,15

- Arrivo dei partecipanti.

Ore 09,30

Inizio Attività

- Saluto e presentazione dello Staff Tecnico Regionale.
- Illustrazione delle finalità dell'Attività.

Responsabile tecnico

- Compilazione schede di partecipazione.
- Colloquio conoscitivo.

Staff tecnico e Tecnici sezionali

Ore 10,15

Attività in Aula e Palestra

- La condizione atletica:
- L'importanza della preparazione fisica per il tiro a segno.
- Proposte di lavoro per il raggiungimento ed il mantenimento della condizione atletica.

Preparatore atletico e Tecnici

Ore 11,45

Attività in Poligono

- Preparazione.
- Test tecnici d'ingresso.

Staff tecnico e Tecnici sezionali

Ore 13,30

INTERVALLO

- Pausa pranzo.

Ore 14,15

Attività in Aula e Poligono

- Il tiro sportivo: elementi tecnici fondamentali.

Staff tecnico e Tecnici sezionali

Ore 16,00

Conclusioni

- Analisi dei test d'ingresso: Valutazione. Osservazioni e considerazioni.
- Proposte di lavoro per gli allenamenti - - Riunione di coordinamento Staff tecnico e Tecnici sezionali.

Staff Tecnico

Ore 17,00

Chiusura Lavori

Rientro alle proprie sedi.

IL RESPONSABILE TECNICO
(Aniello ZITO)

F.to Aniello ZITO