

# 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*