

UNIONE ITALIANA DI TIRO A SEGNO

Staff Tecnico Regionale per la Campania

ATTIVITA' TECNICA GIOVANILE REGIONALE ANNO 2013

3^ Riunione – Napoli 9 giugno 2013
(Riservata ai tiratori delle Sezioni T.S.N. di Napoli)

Valutazione

PROGRAMMA

Ore 09,15

- Arrivo dei partecipanti.

Ore 09,30

Inizio Attività

- Illustrazione delle finalità dell'Attività.

Responsabile tecnico

- Compilazione schede di partecipazione e colloquio.

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.

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 e valutazione dei test tecnici.
- 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