

# **UNIONE ITALIANA DI TIRO A SEGNO**

## **Staff Tecnico Regionale per la Campania**

### **ATTIVITA' TECNICA GIOVANILE REGIONALE ANNO 2014**

**3^ Riunione - Napoli 25 maggio 2014**

#### **Miglioramento Tecnico**

##### **PROGRAMMA**

**Ore 08,45**

- Arrivo dei partecipanti.
- Staff tecnico: Briefing introduttivo.

**Staff Tecnico**

**Ore 09,00**

##### **Inizio Attività**

- Illustrazione del programma della riunione.

**Responsabile tecnico**

**Ore 09,15**

##### **Attività in Aula e Palestra**

- La condizione atletica: Proposte di lavoro per mantenimento della condizione atletica.
- Riscaldamento.

**Preparatore atletico + Tecnici**

**Ore 10,15**

##### **Attività in Poligono**

- Preparazione.
- Elementi tecnici.

**Tecnici di C10 e P10**

**Ore 12,00**

##### **Attività in Aula**

- Considerazioni tecniche.

**Tecnici di C10 e P10**

**Ore 13,30**

##### **INTERVALLO**

- Pausa pranzo.

**Ore 14,30**

##### **Attività in Poligono**

- Elementi tecnici + eventuale Test di C10 + C10-3P e P10 + P10-Sp.

**Tecnici di C10 e P10 + Preparatore atletico**

**Ore 16,00**

##### **Conclusioni**

- 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**