

UNIONE ITALIANA DI TIRO A SEGNO

Staff Tecnico Regionale per la Campania

ATTIVITA' TECNICA GIOVANILE REGIONALE ANNO 2014

5^ Riunione - Napoli 22 giugno 2014

Miglioramento Agonistico

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

- Proposte di lavoro per mantenimento della condizione atletica nel periodo agonistico.
- Riscaldamento.

Preparatore atletico + Tecnici

Ore 10,15

Attività in Poligono

- Preparazione.
- Test di C10 + C10-3P e P10 + P10-Sp.

Tecnici di C10 e P10

Ore 12,00

Attività in Aula

- Condotte di gara.

Tecnici di C10 e P10

Ore 13,30

INTERVALLO

- Pausa pranzo.

Ore 14,30

Attività in Poligono

- Esercizi speciali e di gara.

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