

UNIONE ITALIANA DI TIRO A SEGNO

Staff Tecnico Regionale per la Campania

ATTIVITA' TECNICA GIOVANILE REGIONALE

- ANNO 2010 -

2^ Riunione Tecnica
Napoli 7 marzo 2010

Elementi Tecnici

PROGRAMMA

Ore 09,15

- Arrivo dei partecipanti.

INIZIO ATTIVITA'

- Illustrazione del programma della riunione.
- Compilazione schede di partecipazione / registrazioni risultati gare.
- Allenamenti: Verifica del lavoro svolto / confronto con il lavoro proposto.

Staff Tecnico

Ore 09,30

PREPARAZIONE FISICA

- Propriocezione - Percezione di sé in rapporto al mondo esterno.
- Condizione atletica.

Preparatore atletico

Ore 11,00

TECNICA DI TIRO

- Il tiratore in rapporto con lo spazio:
- Posizione Interna.
- Elementi tecnici fondamentali.
- Esercizi con lo Scatt.

Tecnici di C10, P10

Ore 13,00

**INTERVALLO
(PAUSA PRANZO)**

Ore 14,00

TECNICA DI TIRO

- Elementi tecnici fondamentali.
- Esercizi con lo Scatt.

Tecnici di C10, P10

Ore 15,30

PIANIFICAZIONE ALLENAMENTI

- Osservazioni e considerazioni.
- Proposte di lavoro per gli allenamenti.
- Riunione di coordinamento Staff tecnico e Tecnici sezionali.

Staff Tecnico

Ore 16,30

CHIUSURA LAVORI

- Rientro alle proprie sedi.

**IL RESPONSABILE TECNICO
Aniello ZITO**