



n. 022 – del 26/02/2020

## **STAGE SPECIALITA' SINGOLO 2020**

**10 – 11 aprile**  
**CALDERARA DI RENO (BO)**

Nei giorni 10 e 11 aprile 2020, la FISR organizza uno Stage di Pattinaggio Artistico specialità singolo, obbligatori e libero, per atleti ed allenatori.

### **FINALITA' DELLO STAGE**

L'impostazione ed il perfezionamento degli esercizi obbligatori (cerchi e boccole) secondo la categoria di appartenenza 2020; l'impostazione tecnica ed il controllo delle difficoltà specifiche del pattinaggio artistico (salti e trottolo) in base al gruppo di difficoltà scelto.

### **LE SESSIONI DIDATTICHE**

Verranno condotte dallo staff federale, messo a disposizione dalla FISR, coadiuvato dagli allenatori degli stage nazionali che verranno coordinati dal Commissario Tecnico Fabio Hollan.

### **SVOLGIMENTO DELLO STAGE**

Lo stage verrà diviso in due parti: obbligatori e libero; ogni atleta potrà partecipare solo agli obbligatori, solo al libero o ad entrambe le specialità.

### **STAGE DI OBBLIGATORI**

Venerdì 10 aprile, con ritrovo alle ore 09.00, inizierà alle ore 09.30 il gruppo di lavoro per gli obbligatori per tutte le categorie: Il programma sarà articolato in lezioni di cerchi, boccole e preparazione atletica; lo stage terminerà nel tardo pomeriggio dello stesso giorno.

### **STAGE DI LIBERO**

Gli atleti che sceglieranno la specialità libero verranno divisi nelle due giornate di venerdì e sabato a seconda del gruppo di difficoltà scelto.

Venerdì 10 aprile, con ritrovo alle ore 09.00, inizieranno alle ore 09.30 i **gruppi C D E F**. (termineranno nella serata dello stesso giorno)

Sabato 11 aprile, con ritrovo alle ore 09.00, inizieranno alle ore 09.30 i **gruppi A e B**; tutti gli atleti parteciperanno a lezioni di salti, trottolo, preparazione atletica e skating skills (termineranno nella serata dello stesso giorno).

Gli atleti che scelgono di partecipare ad entrambe le specialità (**combinatisti**) seguiranno lo stage di obbligatori il venerdì e lo stage di libero il sabato, con ritrovo alle ore 09.00 per entrambi i giorni.

**Dopo la conferma delle iscrizioni, per esigenze tecnico-organizzative, potrebbero esserci delle variazioni nel programma.**

### **MODALITA' DI ISCRIZIONE**

Lo Stage è aperto a tutti gli atleti tesserati FISR, di qualsiasi categoria e livello tecnico ed a tutti gli allenatori o aspiranti, purché tesserati FISR.

La quota di iscrizione allo stage è fissata in **€ 80,00** per atleta per ogni singola specialità a cui si desidera partecipare (**obbligatori € 80,00; libero € 80,00**) mentre per chi partecipa a tutte e due le specialità (combinata) la quota complessiva sarà di **€ 140**. La quota deve essere tramite bonifico su conto corrente bancario: IBAN: IT 18 V0100 5033 0900 00000 10114.

Coloro che intendono iscriversi allo stage dovranno inviare alla FISR, Commissione di Settore Pattinaggio Artistico, all'indirizzo e-mail [artistico@fisir.it](mailto:artistico@fisir.it), il modulo allegato al presente comunicato, uno per gli obbligatori (se si partecipa per gli obbligatori) ed uno per il libero (se si partecipa per il libero) compilato in ogni sua parte **ENTRO E NON OLTRE IL 20 marzo 2020**.

Verranno accolte solo le prime **60** (SESSANTA) domande per gli obbligatori e le prime **150** (CENTOCINQUANTA) per il libero: ulteriori richieste, oltre i posti disponibili, saranno prese in considerazione a seconda delle disponibilità tecnico-organizzative e, pertanto, il pagamento dovrà avvenire dopo la conferma. L'elenco dei partecipanti sarà pubblicato sul sito federale [www.fisir.it](http://www.fisir.it) nella sezione artistico e la ricevuta del pagamento dovrà essere consegnata al momento dell'accreditamento in pista.

Tutti i partecipanti dovranno presentarsi muniti del cartellino federale.

### **ACCREDITAMENTO ALLENATORI**

Gli allenatori che volessero entrare in pista dovranno accreditarsi tramite l'invio di una e-mail a [artistico@fisir.it](mailto:artistico@fisir.it) e [siri@fisir.it](mailto:siri@fisir.it) con allegata l'attestazione del pagamento della quota di **€ 30,00** per chi vuole seguire gli obbligatori e di **€ 30** per chi vuole seguire il libero, oppure di **€ 50** per tutte e due le specialità, da pagare con le stesse modalità di cui sopra, specificando la o le specialità a cui si è interessati, data e **località dello stage**.

## RITROVO E ACCREDITAMENTO

L'accREDITAMENTO per tutti gli atleti avrà inizio alle ore 09.00 presso la pista del Centro Sportivo Pederzini di Calderara di Reno - Via Garibaldi; con le seguenti modalità:

- L'appuntamento per i partecipanti allo stage di obbligatori è fissato per il giorno venerdì 10 aprile
- L'appuntamento per i partecipanti allo stage di libero unicamente per i **gruppi C D E F** è fissato per il giorno venerdì 10 aprile
- L'appuntamento per i **combinatisti** (partecipanti allo stage di libero e di obbligatori) è fissato per il giorno venerdì 10 aprile
- L'appuntamento per i partecipanti allo stage di libero unicamente per i **gruppi A e B** è fissato per il giorno sabato 11 aprile.

## PISTE DI ALLENAMENTO

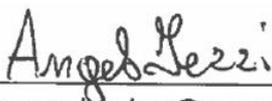
PISTA N.1 PALASPORT 25X50 IN PARQUET - (ruote consigliate tipo fox mustang roll-line)

PISTA N.2 (adiacente al palasport) PISTA IN CEMENTO 20X40 (ruote consigliate tipo 49 53 roll-line)

**LOGISTICA ED ALTRE INFO** saranno pubblicate a breve sul sito FISR.

## TERMINE

Lo stage di obbligatori terminerà nella serata di venerdì 10 aprile, lo stage di libero per i **gruppi C D E F** si concluderà nella serata di venerdì 10 aprile, per i **gruppi A e B e per i combinatisti** nella serata di sabato 11 aprile.

  
\_\_\_\_\_  
Il Segretario Generale  
Angelo lezzi

**“STAGE FEDERALE PASQUA 2020”  
SPECIALITA' “LIBERO” - MODULO DI ADESIONE  
LOCALITA' DI SVOLGIMENTO: CALDERARA DI RENO (BO)**

Cognome_____Nome_____	
Data di nascita_____	
Residente a _____ Prov. _____ In Via _____ num. _____ e-mail _____	Tel. _____
Categoria 2020_____	
Società_____	
Allenatore_____	
<p>I GRUPPI SARANNO SUDDIVISI IN BASE AL PROGRAMMA CHE VERRA' SVOLTO ALL'INTERNO DEGLI STESSI. I PARTECIPANTI DEVONO BARRARE CON UNA X IL GRUPPO AL QUALE VOGLIONO APPARTENERE. (UNO SOLO FRA I SEGUENTI)</p> <p>IN CASO IL NUMERO DEI PARTECIPANTI AD UN SINGOLO GRUPPO SIA TROPPO ELEVATO, VERRANNO SUDDIVISI IN PIU' GRUPPI DELLA STESSA VALENZA TECNICA: AD ES. A1, A2, A3 ..... B1 ,B2, B3, ecc.....</p> <p>A- IMPOSTAZIONE DI BASE SALTI DA UN GIRO, IMPOSTAZIONE DELL'AXEL, TROTTOLE VERTICALI ED ABBASSATE;</p> <p>B- AXEL, DOPPIO TOELOOP E DOPPIO SALCHOW, TROTTOLE ABBASSATE ED IMPOSTAZIONE TROTTOLE AD ANGELO;</p> <p>C- DOPPIO FLIP, DOPPIO LUTZ E DOPPIO RITTBERGER, TROTTOLE AD ANGELO E COMBINAZIONI, TROTTOLE AD ALTO LIVELLO;</p> <p>D- DOPPIO FLIP, DOPPIO LUTZ E DOPPIO RITT ANCHE IN COMBINAZIONE TRA LORO, IMPOSTAZIONE DOPPIO AXEL, TROTTOLE AD ALTO LIVELLO E COMBINAZIONI;</p> <p>E- IMPOSTAZIONE DOPPIO AXEL E TRIPLI, TROTTOLE AD ALTO LIVELLO E COMBINAZIONI;</p> <p>F- PERFEZIONAMENTO DOPPIO AXEL E TRIPLI, SINGOLI ED IN COMBINAZIONE, TROTTOLE AD ALTO LIVELLO E COMBINAZIONI.</p>	

**“STAGE FEDERALE 2020”**

**SPECIALITA’ “OBBLIGATORI” - MODULO DI ADESIONE**

Cognome _____ Nome _____	
Data di nascita _____	
Residente a _____ Prov. _____	Tel. _____
In Via _____ num. _____	
e-mail _____	
Categoria 2020 _____	
Società _____	
Allenatore _____	