

camp

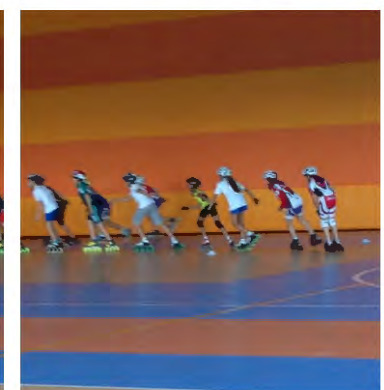
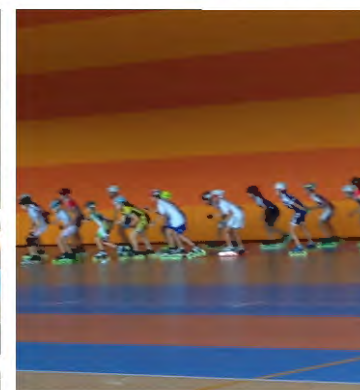
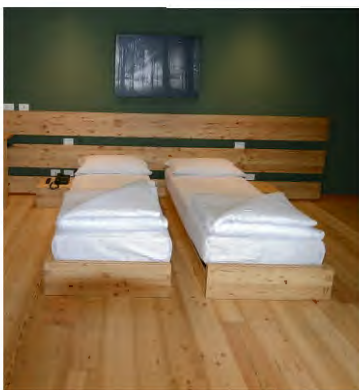
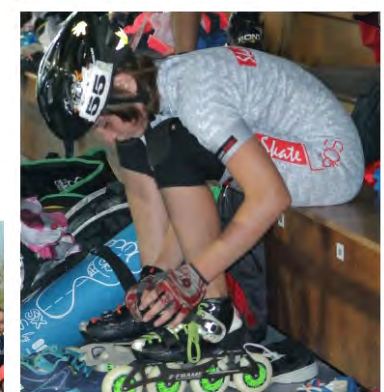
2015

Federazione Italiana Hockey e Pattinaggio



Piànica vòllo
12-19 luglio

2015



FSM Full Skating Method

Il metodo deriva da oltre 45 anni di attività sui pattini, prima tradizionali e dal 1992 con i pattini in linea. Il lavoro sul campo svolto con varie realtà sportive nazionali ed estere, la visione di molte ore di filmati, la partecipazione come osservatore a quasi tutti i Campionati Italiani e

Ai Camp, così come agli Skate Labs, anche se cambiano i tecnici istruttori riceverai sempre informazioni che rispondono al metodo FSM sviluppato a partire dalla filosofia OIDI [Osservare, Individuare, Decidere, Intervenire] in modo logico e progressivo verrai seguito con indicazioni personali per migliorare la tua tecnica e le tue prestazioni. Mettiti alla prova, vedrai che risultati.

Mondiali disputati dal 1990 in poi, il confronto con tecnici di altre discipline sportive e con i docenti della Scuola dello Sport del CONI hanno contribuito alla costruzione di un metodo caratterizzato da solide basi, che si rivolge agli atleti per cercare sempre il loro limite prestazionale, migliorando gli aspetti tecnici, fisiologici, condizionali, strategici. Si tratta del primo metodo completo, rigorosamente realizzato e codificato, che parte dalla fase

del riscaldamento, al richiamo a secco dei fondamentali del pattinaggio in linea, per giungere poi ad esercizi specifici volti al miglioramento di ogni singolo aspetto tecnico, fino alle proposte metodologiche e operative dedicate alle specialità soggettive e adeguate al livello di competenze. Sono utilizzati aggiornati metodi didattici, strumenti per migliorare la comunicazione sia per le lezioni in pista che per quelle teoriche in aula. L'attenzione per la massima prestazione passa naturalmente dalla verifica del materiale tecnico utilizzato, la verifica dell'assemblaggio del sistema pattino, ad esempio, viene effettuata con uno strumento appositamente realizzato che poco spazio lascia alle sfuggenti valutazioni ad occhio.





SCHEDA ISCRIZIONE CAMP 2015

12-19/07/2015

Nome _____

Cognome _____

Sex F M

Categoria R A J

Società _____

Tel _____

Email _____

Intolleranze/allergie _____

Allego copia certificato idoneità agonistica

Benestare al trattamento dei dati personali
come da informativa presente sul sito internet
<http://camp.sportitaliasrl.com>

firma genitore _____

Entro il 03/07/2015
inviando copia

Iscrizioni
Bonifico € 165,00 a Sportitalia srl
Banca Marche
IBAN: IT93S060550240500000000946
causale bonifico
nome cognome atleta - camp 2015 - Piancavallo

categoria, sex, società, telefono
a: camp@sportitaliasrl.com

Check in dalle ore 10,00
presentando la scheda compilata. Unitamente a:

Certificato medico agonistico
Copia bonifico € 160,00 caparra



Roberta Ponzetti [Rovigo]
allenatrice 3° livello
diplomata ISEF
Thomas Gualtieri [Cesenatico]
allenatore 3° livello
Luca Bernacchia [Senigallia]
allenatore 3° livello
Samuele Rossi [Macerata]
allenatore 3° livello
Andrea Bighin [Casier]
allenatore 3° livello
Fabio Bonacorsi [Bologna]
preparatore atletico
diplomato ISEF
Paolo Marcelloni [Jesi]
allenatore 4° livello
palma d'oro al valore tecnico



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA



NON SCORDARE:
Pattini, casco e abbigliamento tecnico per pattinare
scarpe da ginnastica
felpa, k-way e scarpe idonee per le escursioni in montagna
il necessario per l'igiene personale
biancheria intima per la settimana
un vestito per la festa finale
10 € (max) per le cartoline a mamma e papà (al resto pensa tutto l'organizzazione)



sveglia



colazione



riscaldamento



lezione tecnica



lezione tecnica



rientro in hotel



pranzo



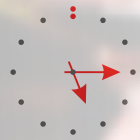
attività didattica



riscaldamento



lezione tecnica



lezione tecnica



rientro in hotel



cena



serata libera



LA GIORNATA IN MODULI

Il programma tecnico sarà reso noto sul sito <http://camp.sportitaliasrl.com>