



Prot.n. 45/2013 ODF/tm
Milano, 6 Febbraio 2013

A TUTTE LE ASSOCIAZIONI
DI GINNASTICA DELLA LOMBARDIA
SEZIONE ARTISTICA FEMMINILE

e p.c. AL DTN ENRICO CASELLA

LORO INDIRIZZI

OGGETTO: allenamenti del CTR sez. GAF 1° Semestre 2013

Si comunica che, su proposta della DTR GAF, saranno organizzati i seguenti allenamenti regionali di tipologia specifica:

1) ALLENAMENTI DI SUPPORTO TECNICO SOCIETARIO

Mercoledì (due volte al mese)

13 febbraio	Ore 17.00 - 20.00	CT Guglielmetti Via Ovada 40 Milano	Responsabili: Nadia Brivio nadiabrivio@tiscali.it Massimo Porro massporro@alice.it
20 febbraio			
13 marzo			
20 marzo			
10 aprile			
17 aprile			
08 maggio			
15 maggio			

Domenica (una volta al mese)

24 Febbraio	Ore 09.30 - 12.30	Palaunimek Arcore - via Edison	Responsabili: Stefano Cattaneo s.stefanocattaneo@gmail.com Valentina Tonani Vale8210@yahoo.it
10 Marzo		CT Guglielmetti Via Ovada 40 Milano	
14 Aprile			
19 Maggio			
09 Giugno			

Ammissione: tutte le società GAF con ginnaste della cat. **Allieve (max 4 ginnaste per società)**

Iscrizione: tramite modulo in allegato da rimandare all'indirizzo giulia.ciaccia@libero.it



2) ALLENAMENTI GINNASTE DI SPECIALITA' JUNIORES/SENIORES

09 Marzo	Ore 15.00 - 18.00	Palaunimek - Arcore - via Edison	Responsabili: Nadia Brivio nadiabrivio@tiscali.it Massimo Carofiglio mcarofiglio@hotmail.com
13 Aprile		CTF - Milano - via Ovada	
18 Maggio		Palaunimek - Arcore - via Edison	
01 Giugno		CTF - Milano - via Ovada	

Ammissione: tutte le ginnaste **Juniores e Seniores con programma di Specialità**

Iscrizione: tramite modulo in allegato da rimandare all'indirizzo giulia.ciaccia@libero.it

3) ALLENAMENTI GINNASTE SERIE D GAF-GpT

16 Marzo	Ore 15.00 - 18.00	Palestra della Pro Lissone - via Dante 30 - Lissone	Responsabili: Giacomo Camiciotti giacomocamiciotti@hotmail.it Alice Grecchi alicegrecchi@hotmail.it
06 Aprile			

Ammissione: ginnaste **Allieve o Juniores/Seniores (massimo 2 per società)**

Iscrizione: tramite modulo in allegato da rimandare all'indirizzo giulia.ciaccia@libero.it

4) ALLENAMENTI ALLIEVE DI CATEGORIA

In fase di definizione. Saranno aperti a tutte le ginnaste che hanno partecipato all'attività di categoria, saranno itineranti e tenuti a rotazione da tecnici che si sono particolarmente distinti nell'attività agonistica

5) ALLENAMENTI GINNASTE PICCOLE

In fase di definizione. Saranno aperti a tutte le ginnaste dai 6 agli 8 anni non ancora compiuti che si vogliono avvicinare all'attività di specializzazione. Nel primo semestre saranno divisi per zone tecniche, mentre nel secondo semestre, individuate le ginnaste, ci sarà una programmazione più fitta.

OBIETTIVI E INDICAZIONI

Sostegno Societario: fornire un adeguato supporto alle società per una corretta programmazione e gestione dell'allenamento, grazie al coordinamento dei tecnici preposti, al confronto con le altre società e alla collegialità degli intenti. Non si tratta di allenamenti societari, motivo del numero limitato di ginnaste per società, ma di una condivisione di lavoro che ha per fine ultimo la preparazione e l'aggiornamento dei tecnici.



FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

COMITATO REGIONALE LOMBARDIA

FEDERAZIONE SPORTIVA NAZIONALE RICONOSCIUTA DAL CONI

Piccole: offrire la possibilità alle società di orientare le ginnaste più piccole, ma promettenti, al fine di portarle verso il settore più congeniale. La gestione da parte di tecnici particolarmente esperti con ginnaste di giovane età, faciliterà la formazione di un gruppo di interesse regionale con finalità specifiche.

Specialità: offrire la possibilità alle ginnaste Juniores e Seniores di allenarsi insieme, condividendo le loro esperienze di lavoro. Queste ginnaste, future giudici e tecniche, devono essere aiutate a prendere coscienza del lavoro che stanno facendo e finalizzarlo nel migliore dei modi.

In particolare, per il gruppo di Specialità sarà prevista una selezione nel mese di maggio per poter far parte della rappresentativa che parteciperà al Trofeo Lombardia (prima metà di giugno).

L'accesso a questa selezione sarà consentito solo alle ginnaste che abbiano preso parte almeno al 50% degli allenamenti a loro preposti.

E' OBBLIGATORIO COMUNICARE I NOMINATIVI DELLE GINNASTE PARTECIPANTI PRIMA DI OGNI ALLENAMENTO (AD ESCLUSIONE DEGLI ALLENAMENTI DI CATEGORIA) AL DTRF GIULIA CIACCIA E ALLA SEGRETERIA DEL CRL. TALE NECESSITA' E' DETTATA DAL POTER ORGANIZZARE NEL MIGLIOR MODO POSSIBILE GLI ALLENAMENTI E NELL'INFORMARE IL COMITATO DEL RISPETTO DELLA REGOLA.

Il limite delle ginnaste ammesse agli allenamenti societari non è modificabile, mentre è possibile portare ginnaste diverse ad ogni allenamento.

DATO L'OBIETTIVO FORMATIVO, SONO INVITATI A PARTECIPARE A TUTTI GLI ALLENAMENTI I TECNICI INTERESSATI, NONCHÉ I TECNICI GPT, ANCHE SENZA GINNASTE

SI RICORDA ALTRESI' CHE LE ORE DI PARTECIPAZIONE AGLI ALLENAMENTI CON LE GINNASTE SARANNO RICONOSCIUTE COME CREDITI DI ABILITA'.

Cordiali saluti.

IL SEGRETARIO
f.to Oreste De Faveri

All. n.1



MODULO DI ISCRIZIONE 1° SEMESTRE ATTIVITA' ADDESTRATIVA 2013

All. n.1

SOCIETA' _____

ISTRUTTORI ACCOMPAGNATORI

Nome e Cognome	Qualifica	N.tessera	Cellulare	Mail

GINNASTE

Nome e Cognome	A.nascita	N.tessera	Categoria*

* specificare la categoria di gare individuali per cui la ginnasta si sta preparando.

Rimandare via mail a giulia.ciaccia@libero.it

(segnare con una croce o evidenziare le scelte)

- allenamenti di Supporto Tecnico Societario del mercoledì
- allenamenti di Supporto Tecnico Societario della domenica
- allenamenti piccole allieve
- allenamenti specifici di Specialità Juniores/Seniores
- allenamenti specifici per Serie D Gaf-GpT Allieve/Open

RICORDARSI SEMPRE DI COMUNICARE EVENTUALI ASSENZE