

CORSO DI AGGIORNAMENTO PER TECNICI GIOVANILI FITARCO

Piattaforma online Fitarco

PROGRAMMA			
<i>2 settembre 2024</i>			
20:00 - 22:00	I corretti percorsi dell'attività sportiva giovanile	<ul style="list-style-type: none"> la maturazione sportiva lo sviluppo fattori fondamentali di crescita sportiva i corretti percorsi motorio/sportivi preparazione pluriennale corretta dell'allenamento sport e specializzazione precoce il ruolo dei tecnici giovanili 	Andro Ferrari
<i>04 settembre 2024</i>			
20:00 - 22:00	Psicologia Quattro chiacchiere con la psicologa	<ul style="list-style-type: none"> è più facile costruire un bambino forte che riparare un uomo rotto. gli obiettivi sono il carburante nella fornace del successo rimanere piccoli per diventare grandi cosa ti aspetti da me? 	Deborah Mauro
<i>09 settembre 2024</i>			
20:00 - 22:00	L'alimentazione del giovane Atleta	<ul style="list-style-type: none"> Nozioni di base: carboidrati, proteine e grassi Piramide alimentare L'importanza di una colazione bilanciata Spuntini Spuntini pre e post allenamento Come integrare durante la gara 	Rebecca Gennari

Federazione Italiana di Tiro con l'Arco
Via Vitorchiano, 113/115 - 00189 Roma
Tel. 06 91516918
C.F. 80063130159 - P.IVA 05525461009



YouArco



Federazione Sportiva Nazionale
Riconosciuta dal CONI



Federazione Sportiva Paralimpica
Riconosciuta dal CIP



<i>11 settembre 2024</i>			
20:00 - 22:00	Preparazione Atletica La corretta e graduale preparazione atletica dei giovani arcieri	<ul style="list-style-type: none"> • obiettivi generali • metodologia di base ed educazione • inserimento nei cicli del lavoro • mezzi e strumenti • esercitazioni di base e specifiche 	Andro Ferrari
<i>16 settembre 2024</i>			
20:00 - 22:00	Arco Olimpico Obiettivi del giovane Atleta	<ul style="list-style-type: none"> • Aspetti tecnici • aspetti valutativi 	Ilario Di Buò
<i>18 settembre 2024</i>			
20:00 - 22:00	Arco Compound	<ul style="list-style-type: none"> • Attrezzatura scuola • Insegnamento tecnica di base • Scelta prima attrezzatura competitiva 	Massimo Spigarelli

Federazione Italiana di Tiro con l'Arco
Via Vitorchiano, 113/115 - 00189 Roma
Tel. 06 91516918
C.F. 80063130159 - P.IVA 05525461009



YouArco



www.fitarco.it



Federazione Sportiva Nazionale
Riconosciuta dal CONI



Federazione Sportiva Paralimpica
Riconosciuta dal CIP



world archery



world archery
europe