



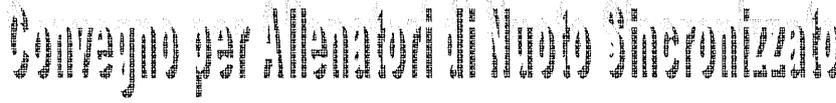
Federazione Sportiva Nazionale
riconosciuta dal Coni



Federazione Italiana Nuoto

F.I.N.A.
L.E.N.
I.L.S.E.
I.L.S.

Settore Istruzione Tecnica



Chianciano, 16-18 novembre 2012

Venerdì 16 novembre

- 14.30 Accredito e consegna del materiale
 14.30 – 15.00 Saluto delle Autorità
Sen. Paolo Barelli *Presidente F.I.N.*
Antonello Panza *Segretario Generale F.I.N.*
Antonio De Pascale *Consigliere Federale*
Roberto Del Bianco *Consigliere Federale*
 15.00 – 15.15 Presentazione del Convegno: obiettivi e contenuti
Roberto Del Bianco
 15.15 – 16.15 Respirazione e mente: tecniche di preparazione all'apnea
Franco Sardella – Diego Polani – Alessandro Vergendo
 16.15 – 17.00 Presupposti fisiologici del sistema carico – scarico e del riscaldamento
Marco Bonifazi
 17.00 – 17.30 Intervallo
 17.30 – 18.00 Il riscaldamento nella ginnastica ritmica
Alessandra Di Cagno
 18.00 – 18.45 L'alimentazione per l'atleta
Enrico Arcelli
 18.45 – 19.15 Educazione alimentare e intervento funzionale: l'esperienza con la Squadra Nazionale Assoluta
Giulia Ferrara
 19.15 – 19.45 Chiarimenti e interventi

Sabato 17 novembre

- 09.00 – 09.45 Rilassamento e concentrazione
Diego Polani
 09.45 – 10.30 Movimenti di transizione negli esercizi liberi
Roberta Farinelli
 10.30 – 11.00 Intervallo
 11.00 – 11.45 Analisi dell'esercizio libero del Solo
Elizavetha Filatkina – Pierangela Lupi
 11.45 – 12.30 Analisi dell'esercizio libero del Duo
Joey Paccagnella – Simonetta Antonaroli
 12.30 – 13.00 Chiarimenti e interventi
 15.00 – 15.45 Preparazione acrobatica per le spinte
Annabella Cinti
 15.45 – 16.15 Movimenti di base
Roberta Farinelli
 16.15 – 16.45 Preparazione Squadre Nazionali Giovanili
Joey Paccagnella
 16.45 – 17.15 Analisi risultati Squadre Nazionali Giovanili
Patrizia Giallombardo
 17.15 – 17.45 Intervallo
 17.45 – 18.15 Esperienza personale: la sincronizzazione
Yumiko Tomomatsu
 18.15 – 19.30 Tavola Rotonda: allenare una squadra giovanile
Rossella Pibiri – Rossana Rocci – Stefania Speroni
Moderatore: Patrizia Giallombardo



Domenica 18 novembre

09.00 – 09.45	Preparazione Squadre Nazionali Patrizia Giallombardo
09.45 – 10.30	Analisi risultati squadre Nazionali Antonio De Pascale – Patrizia Giallombardo
10.30 – 11.00	Intervallo
11.00 – 11.45	Preparazione atletica a carico naturale Michele Trombone
11.45 – 12.15	Esperienza personale: l'avvitamento Yumiko Tomomatsu
12.15 – 12.45	Chiarimenti e interventi
12.45	Chiusura dei lavori e consegna degli attestati

Simonetta Antonaroli	Giudice internazionale
Enrico Arcelli	Specialista Medicina dello Sport – Università di Milano – Facoltà Scienze Motorie
Marco Bonifazi	Coordinatore area tecnico-scientifica F.I.N. – Professore fisiologia Università di Siena
Annabella Cinti	Preparatore atletico-acrobatico squadre nazionali
Antonio De Pascale	Consigliere Federale settore nuoto sincronizzato
Roberto Del Bianco	Consigliere Federale settore nuoto – Responsabile S.I.T.
Alessandra Di Cagno	Ricercatrice Università degli Studi del Molise – Tecnico Nazionale ginnastica ritmica
Roberta Farinelli	Tecnico federale
Giulia Ferrara	Nutrizionista Squadre Nazionali Nuoto Sincronizzato
Elisavetha Filatkina	Tecnico federale
Patrizia Giallombardo	Commissario Tecnico nazionale assoluta
Pierangela Lupi	Giudice internazionale
Joey Paccagnella	Tecnico squadre nazionali giovanili
Rossella Pibiri	Tecnico squadre nazionali giovanili
Diego Polani	Psicologo squadre nazionali
Rossana Rocci	Tecnico squadre nazionali giovanili
Franco Sardella	Fisiologo Istituto Scienza dello Sport – Collaboratore FIN
Stefania Speroni	Tecnico squadre nazionali giovanili
Yumiko Tomomatsu	Tecnico Federale
Michele Trombone	Preparatore atletico squadre nazionali
Alessandro Vergendo	Esperto – Docente IUSM

Il Convegno si svolgerà presso il Grand Hotel Ambasciatori – Viale della Libertà, 512.

Per quanto riguarda l'alloggio Vi invitiamo a contattare l'agenzia Clante Hotels, tel 0578/63360.

Costi di partecipazione:

Costo Convegno	€ 120,00
Collaboratori Squadre Nazionali Assolute e Giovanili (ultimi 5 anni)	Gratuito
Collaboratori Nazionali SIT e Docenti Nazionali	Gratuito
Coordinatori Regionali SIT	Gratuito
Giudici italiani di nuoto sincronizzato con qualifica di giudici internazionali	Gratuito
Docenti Regionali	€ 60,00

La quota d'iscrizione dovrà essere versata sul c/c postale reperibile presso il Comitato Regionale di appartenenza, oppure sul c/c postale n° 73831349 intestato a F.I.N. Roma.

Inviare il fax dell'avvenuto pagamento con i relativi dati personali entro il **9 novembre** p.v..

Per informazioni dettagliate contattare ufficio SIT-FIN tel: 06/36200022-441.

Fax: 06/36200032.

La partecipazione al Convegno vale come aggiornamento curriculare per gli Allenatori di Nuoto Sincronizzato di I e II livello.

Organizzazione e direzione ROBERTO DEL BIANCO

Comitato tecnico-scientifico MARCO BONIFAZI - ANTONIO DE PASCALE - ROBERTO DEL BIANCO - PATRIZIA GIALLOMBARDO

Conduttore PIERLUIGI PERGREFFI

Segreteria organizzativa PAOLA CARDARELLI - LAURA PELLICIONI - FRANCO CIARAMELLA - PATRIZIA VASTA