



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
INVERNALI

SCUOLA TECNICI FEDERALI DISCIPLINE NORDICHE

AGGIORNAMENTO ALLENATORI BIATHLON

BIONAZ (AO) - 17/18 SETTEMBRE 2022

Aggiornamento allenatori biathlon per la promozione dal I al II livello

ORA	ARGOMENTO	RELATORE
SABATO 17 SETTEMBRE		
8.30 - 10.30	PREREQUISITI DEL GIOVANE ATLETA DI INTERESSE NAZIONALE (aula)	F. Semenzato, S. Plafoni
10.45 - 12.45	OBIETTIVI TECNICI DEL TIRO NELLE CATEGORIE DEL SETTORE ARIA COMPRESSA	B. Ertl
12.45 - 14.00	PAUSA PRANZO	
14.00 - 18.00	ORGANIZZAZIONE ALLENAMENTO DELLE CATEGORIE DEL SETTORE ARIA COMPRESSA (stadio biathlon)	B. Ertl, S. Plafoni, F. Semenzato
DOMENICA 18 SETTEMBRE		
8.30 - 10.30	PROGRAMMAZIONE DELL'ALLENAMENTO DEL SETTORE GIOVANILE (aula)	F. Semenzato
10.45 - 12.45	SVILUPPO DELLA FORZA E DELLA SUA TECNICA NELLO SPORT GIOVANILE	R. Romani
12.45 - 14.00	PAUSA PRANZO	
14.00 - 17.00	"SCATT" PER IL BIATHLON: CONSIDERAZIONI E PROCEDURE CONSIGLIATE	E. Mezzaro
17.00 - 17.30	CONCLUSIONI SULL'ATTIVITA' SVOLTA	E. Mezzaro, F. Semenzato

Per tutte le lezioni sarà utile avere del materiale per prendere appunti
Per le attività pratiche si raccomandano abbigliamento e calzature sportive

Il ritrovo è previsto presso il Salone Comune di Oyace, Fraz. La Cretaz 1 Lo
stadio del biathlon si trova in località Dzovennoz