

## CORSO DI FORMAZIONE - ATTIVITÀ MOTORIA E SPORTIVA DI BASE per Istruttori di Settore Giovanile di Società Sportive

### SEDE DEL CORSO

Sala Olimpia c/o Stadio Rocco, via dei Macelli n.5 - Trieste

(per la sola parte pratica: palestra c/o Stadio Rocco)

#### PROGRAMMA DELLE GIORNATE

Lunedì 12 giugno 2023	<b>18.00/21.00</b>	Le basi della prestazione ed i principi fondamentali dell'allenamento giovanile	Tiziano VIDONI
Martedì 13 giugno 2023	<b>18.00/21.00</b>	Le competenze didattiche del tecnico sportivo	Massimo STERA
Mercoledì 21 giugno 2023	<b>18.00/21.00</b>	Evoluzione e sviluppo delle capacità coordinative	Massimo STERA
Giovedì 22 giugno 2023	<b>19.00/21.00</b>	<b>PARTE PRATICA:</b> Sviluppare le capacità coordinative attraverso il gioco	Massimo STERA
Lunedì 26 giugno 2023	<b>18.00/21.00</b>	Le capacità condizionali e la mobilità articolare	Tiziano VIDONI
Mercoledì 28 giugno 2023	<b>19.00/21.00</b>	<b>PARTE PRATICA:</b> organizzazione delle sedute di allenamento, proposte di attività.	Tiziano VIDONI

#### **Massimo STERA**

Docente della Scuola Regionale dello Sport – CONI Friuli Venezia Giulia  
Diplomato in Educazione Fisica – Specializzato in Tecnica e pratica sportiva della Pallavolo - Docente di Scienze Motorie e Sportive, Liceo “Petrarca” di Trieste;  
Allenatore di 3° grado di Pallavolo (FIPAV) e di 2° grado FIVB

#### **Tiziano VIDONI**

Docente della Scuola Regionale dello Sport – CONI Friuli Venezia Giulia  
Diplomato in Educazione Fisica – Docente di Scienze Motorie e Sportive, Liceo “Petrarca” di Trieste;  
Preparatore Fisco di Pallacanestro (FIP)

**SCUOLA REGIONALE DELLO SPORT DEL FRIULI VENEZIA GIULIA**

Via dei Macelli, 5 – 34128 TRIESTE

Telefono: 040 8990911 – mail: [friuliveneziagiulia@coni.it](mailto:friuliveneziagiulia@coni.it)

sito: [www.friuliveneziagiulia.coni.it](http://www.friuliveneziagiulia.coni.it)

## Modalità iscrizione

Il Corso è gratuito.

Età minima per iscriversi: 18 anni.

Per iscriversi al Corso è necessario accedere **ENTRO IL GIORNO 8 GIUGNO 2023** al Form Google accessibile dal seguente link:

**<https://forms.gle/7JuDdGbLjuVL6vx96>**

La conferma di avvenuta iscrizione arriverà entro il giorno 9/6/2023 alla mail indicata all'atto dell'iscrizione.

## Partecipanti

Il Corso avrà luogo con minimo n.15 iscritti.

Sono ammessi al massimo n.40 iscrizioni, in base all'ordine di arrivo.

## Responsabilità

La Scuola Regionale dello Sport del C.O.N.I. del Friuli Venezia Giulia declina ogni responsabilità per quanto possa accadere prima, durante e dopo il seminario ai partecipanti, terzi e cose preendenti parte all'iniziativa.

Ai partecipanti che lo richiedono verrà rilasciato un attestato di Partecipazione a cura della Scuola Regionale dello Sport del CONI Friuli Venezia Giulia.

**SCUOLA REGIONALE DELLO SPORT DEL FRIULI VENEZIA GIULIA**

Via dei Macelli, 5 – 34128 TRIESTE

Telefono: 040 8990911 – mail: [friuliveneziagiulia@coni.it](mailto:friuliveneziagiulia@coni.it)

sito: [www.friuliveneziagiulia.coni.it](http://www.friuliveneziagiulia.coni.it)