

Prot.6303/SN/CF DEL 09/07/2009

Ai COMPONENTI LA DELEGAZIONE ITALIANA LORO INDIRIZZI

e, per quanto di competenza

Ai DIRETTORE TECNICO NAZIONALE GAM/GAF MELZO

e, per conoscenza:

Ai REFERENTI CDF PER SEZ. FEMMINILE LORO INDIRIZZI

Ai COMPONENTI DEL CONSIGLIO DIRETTIVO FED. LORO INDIRIZZI

Ai COMPONENTI DEL COLLEGIO DEI REVISORI CONT. LORO INDIRIZZI

Ai REFERENTE DELLE RELAZIONI INTERNAZIONALI GALLARATE

Alle SOCIETA' GINNASTICHE FEDERATE interessate LORO SEDI

Ai COMITATI REGIONALI interessati LORO SEDI

^ ^ ^ ^ ^

OGGETTO: STAGE DI ALLENAMENTO E FORMAZIONE U.E.G.

Per ginnaste junior – sez. artistica femminile

Tirrenia, 20-30 luglio 2009

Si comunica di seguito la composizione della delegazione Italiana e le notizie logistiche relative allo stage di allenamento per ginnaste junior indetto dall'Unione Europea di Ginnastica che avrà luogo a Tirrenia dal 20 al 30 luglio 2009.

CONVOCATE

ginnaste

FORLINI Erika	PIETRO MICCA
PRAZ Alessia	PIETRO MICCA

tecnica

GIOVANNINI Marika

Coordinatore FGI-UEG : Rino SCALA

DATE

Arrivo: entro le ore 18:00 di domenica 19 luglio 2009

Partenza : dopo la prima colazione di giovedì 30 luglio 2009

SEDE DELLO STAGE/ALLOGGIO

Lo stage si svolgerà presso il

CENTRO DI PREPARAZIONE OLIMPICA CONI

Vione dei Vannini snc – 56018 Tirrenia (PI)

Tel. 050/39400 – fax 050/32392

dove è previsto anche l'alloggio.

PROGRAMMA

Vedi lo schema allegato

RIMBORSI

La F.G.I. avrà a suo carico le seguenti spese dei componenti la delegazione ufficiale:

- rimborso delle spese di viaggio di andata e ritorno sostenute, in ferrovia (2^a classe) o con mezzo pubblico di linea, per raggiungere la località dell'allenamento.

Cordiali saluti

IL SEGRETARIO GENERALE
(Michele Maffei)

		GENERAL PROGRAM OF THE UEG TRAINING CAMP FOR WAG JUNIORS - TIRRENIA, 20-30.07.2009									
DATE	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN	MON	TUE	WED	THU
	20-Jul-09	21-Jul-09	22-Jul-09	23-Jul-09	24-Jul-09	25-Jul-09	26-Jul-09	27-Jul-09	28-Jul-09	29-Jul-09	30-Jul-09
TIME											
7.30		WAKE UP									
8.00		BREAKFAST									
						Gr. I+II					
		9.00-10.30	9.00-10.30	8.30-10.30	9.00-10.30	8,30	9.00-10.30	9.00-10.30	9.00-10.30	8.15-9.00	
		CHOREOG.	CHOREOG.	TRAINING	CHOREOG.	V	CHOREOG.	CHOREOG.	CHOREOG.	BALLET	
		Gr. I+II	Gr. I	Gr. I	Gr. II	I	Gr. I	Gr. II	Gr. I	COURSE	
		10.40-12.30	10.40-12.00	10.30-12.30	10.40-12.30	S	10.40-12.00	10.40-12.30	10.40-12.30	COACHES	D
		BEACH	BEACH I	TRAINING	BEACH II	I	BEACH I	BEACH II	BEACH I	9.00-12.00	
	A	FOR ALL	9.00-12.30	Gr. II	9.00-12.30	T	9.00-12.30	9.00-12.30	9.00-12.30	TRAINING	E
			TRAINING		TRAINING		TRAINING	TRAINING	TRAINING	Gr. I+II	
	R		Gr. II		Gr. I	TO	Gr. II	Gr. I	Gr. II		P
				12.30							
	R			PHOTO!		F					A
13.00					L U N C H	L					
	I					O					R
		15.00-19.00	15.00-16.30	15.00-16.30	15.00-16.30	R	15.00-16.30	15.00-16.30	15.00-16.30	15.00-17.30	
	V	TRAINING	CHOREOG.	CHOREOG.	CHOREOG.	E	CHOREOG.	CHOREOG.	CHOREOG.	BEACH	T
		Gr. I+II	Gr. II	Gr. I+II	Gr. I	N	Gr. II	Gr. I	Gr. II	FOR ALL	
	A		16.40-18.40	PRACT.	16.40-18.40	C	16.40-18.40	16.40-18.40	16.40-18.40	18.30-19.15	U
			BEACH II	COURSE	BEACH I	E	BEACH I	PISA	PISA	THE GYMNASTS	
	L		15.45-19.15	BEAM	15.45-19.15		15.45-19.15	15.45-19.15	15.45-19.15	SHOW	R
			TRAINING	ZSUZSA	TRAINING		TRAINING	TRAINING	TRAINING		
			Gr. I	17.00-19.00	Gr. II		Gr. I	Gr. II	Gr. I		E
				BEACH FOR ALL							
										19.30	
20.00		D I N N E R								BANQUET	
20.30											
21.00	ORIENTA-	PRACTICAL	PRACTICAL	PARK	PRACTICAL	Cours	COURSE	COURSE	PRACTICAL		
	TION	COURSE	Specifics	TIRRENIA	COURSE	Code of	Technical	TRACK	Acrobatics		
22.00	MEETING	VAULT	aspects of		BARS	Points	program	AND FIELD	preparation		
			training 8-12			UBIA	Round Table	RUNNING	age group		
		LUKACS	COLOMBO		LUKACS	SACCHI	COLOMBO	COLOMBO	COLOMBO		