

CENTRI ESTIVI FEDERALI 2012

addestramento e formazione



Federazione Ginnastica d'Italia



MASTER GAF



RIMINI dal 4 al 5 luglio

Tecniche di assistenza nella Ginnastica Artistica Femminile.

Il MASTER propone, attraverso un percorso essenzialmente pratico, un ampio concetto di assistenza che va dalla acquisizione delle tecniche a favore della sicurezza delle atlete, alla assistenza come guida all'apprendimento degli elementi tecnici fino a tecniche di ergonomia e prevenzione degli infortuni per i tecnici. L'integrazione del MASTER con le attività addestrative federali permetterà di praticare le tecniche proposte sotto la guida di tecnici esperti.

A cura di GIORGIO COLOMBO

CESENA dal 13 al 14 luglio

La preparazione alla TRAVE in età giovanile.

Il MASTER propone un percorso didattico e metodologico mirato alla corretta acquisizione del programma tecnico alla trave adeguato alle reali capacità della ginnasta. Verranno approfondite le tappe ed i contenuti della preparazione e la tecnica degli elementi di base. L'integrazione del MASTER con le attività addestrative federali permetterà di comprendere meglio le proposte del docente.

A cura di ELENA KONYUKHOVA.

CESENA dal 22 al 23 luglio

La preparazione ACROBATICA in età giovanile.

Nella ginnastica artistica il corretto apprendimento degli schemi acrobatici è di fondamentale importanza. Il MASTER, integrato perfettamente con l'attività agonistico-addestrativa giovanile, propone un percorso metodologico e didattico per l'acquisizione degli elementi acrobatici. Grande attenzione verrà dedicata all'utilizzo corretto delle attrezzature facilitanti quali il trampolino elastico ed il tumbling.

A cura di GIORGIO COLOMBO