



Prot. n.

5851/SN/CF

Roma,

26/05/2016

Ai COMPONENTI LA DELEGAZIONE ITALIANA

LORO INDIRIZZI

e, per quanto di competenza

AI VICE PRESIDENTE REF. SEZ. OLIMPICHE

AI REFERENTE CDF PER LA SEZ. GAM

AI DIRETTORE TECNICO NAZIONALE GAM

MONCALIERI (TO)

CIVITAVECCHIA

MEDA

e, per conoscenza:

Ai COMPONENTI DEL CONSIGLIO DIRETTIVO FED.

Ai COMPONENTI DEL COLLEGIO DEI REVISORI CONT.

AI REFERENTE DELLE RELAZIONI INTERNAZIONALI

Alle SOCIETA' GINNASTICHE FEDERATE interessate

Ai COMITATI REGIONALI interessati

LORO INDIRIZZI

LORO INDIRIZZI

GALLARATE

LORO SEDI

LORO SEDI

^ ^ ^ ^ ^

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

Per ginnasti junior – sez. artistica maschile

Tirrenia, 26 giugno- 6 luglio 2016

Si comunica di seguito la composizione della delegazione Italiana e le notizie logistiche relative allo stage di allenamento per ginnasti junior indetto dall'Unione Europea di Ginnastica che avrà luogo a Tirrenia dal 26 giugno al 6 luglio 2016

CONVOCATI

Ginnasta

Umberto ZURLINI

PANARO MODENA

Tecnico

Massimo AULETTA

DATE

Arrivo: entro le ore 18:00 di domenica 26 giugno 2016

Partenza : dopo la prima colazione di mercoledì 6 luglio 2016

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.

Il costo del corso, comprensivo di vitto, alloggio e tassa UEG sarà a carico della scrivente federazione.

Le spese di viaggio per /da Tirrenia saranno a carico dei diretti interessati.

PROGRAMMA

Vedi lo schema allegato

Cordiali saluti

IL SEGRETARIO GENERALE

(Roberto Pentrella)



All. Programma

	Men's Artistic Gymnastics, Juniors, Tirrenia EDUCATIONAL CAMP for GYMNASTS AND COACHES (ITA), 26 of June to 6th of July 2016 GENERAL PROGRAM		
---	--	---	---

Time	Sunday 26/6	Monday - 27/6	Tuesday - 28/6	Wednesday - 29.06	Thursday - 30.06
07h30	 Arrival of participants	Wake-up	Wake-up	Wake-up	Wake-up
08h00		 Breakfast	 Breakfast	 Breakfast	 Breakfast
08h45-09h45		Free time for all participants	Theory  Briefing UEG MATTERS NP/MV	Theory  Briefing Selection criteria and system BC	Theory  Briefing Planning and competition BC
09h30-10h00		Meeting 	Choreography Warm-up RB	Choreography Warm-up RB	Choreography Warm-up RB
10h00-10h30			Joints preparation program All coaches	Joints preparation program All coaches	Joints preparation program All coaches
10h30-11h15		Training	Strength circuit Straight arms Experts	Strength circuit Bent arms Experts	Strength circuit Straight arms Experts
11h15-12h15			Floor acrobatics Backward YB	Vault 1 st part DL	Pommel-horse 1 st part BC
12h45		 Lunch	 Lunch	 Lunch	 Lunch
14h00-16h00		 Beach	 Beach	 Beach	 Beach
16h30-17h30		Training 	Floor acrobatics Forward YB	Vault 2 nd part DL	Pommel-horse 2 nd part BC
17h30-18h30			Choreography Warm-up RB	Choreography Warm-up RB	Choreography Warm-up RB
18h30-19h30			Free technical training Basic structures	Free technical training Basic structures	Free technical training Basic structures
20h00		 Dinner	 Dinner	 Dinner	 Dinner

Time	Friday - 01.07	Saturday 02.07	Sunday - 03.07	Monday - 04.07	Tuesday - 05.07	Wed. 06.07				
07h30	 Visit to Florence and Pisa	Wake-up	Wake-up	Wake-up	Wake-up	 Departure of participants				
08h00		 Breakfast	 Breakfast	 Breakfast	 Breakfast					
08h45-09h45		Theory  Briefing New CoP NP/MV/AM	Theory  Briefing FIG MATTERS AM	Free time for all participants			Theory  Briefing New OG Q AM/MV			
09h30-10h00		Training  Choreography Warm-up RB	Training  Choreography Warm-up RB	Training  Briefing coaches and gymnasts	Training  Choreography Warm-up RB					
10h00-10h30							Training  Strength circuit Bent arms Experts	Training  Joints preparation program All coaches		
10h30-11h15									Training  High bar 1 st part LM	Training  Strength circuit Straight arms Experts
11h15-12h15										
12h45		 Lunch	 Lunch	 Lunch	 Lunch					
14h00-16h00		 Beach	 Beach	 Beach	 Beach					
16h30-17h30		Training  Parallel bars Suspension AM	Training  Rings 2 nd part DL	Training  High bar 2 nd part LM	Training  Free technical training Basic structures					
17h30-18h30							Training  Choreography Warm-up RB	Training  Closing meeting Remarks		
18h30-19h30									Free technical training Basic structures	Free time for all participants
20h00										

The staff - abbreviation					
JW =Jacob Wischnia (UEG)	MV = Mario Vukoja(UEG)	NP =Nikos Provias(UEG)	LM =Laurent Maertens (FRA)	AM =Arturs Mickevics (LAT)	ND =Nadia Brivo (ITA)
DL =Diego Lazarich (ITA)	BC =Barry Collie(GBR)	RB =Rossana Bonzi (ITA)	YB =Yury Barinov (RUS)	Julian = Promogym(FRA)	RC =Riccardo Camba(ITA)

Additional information

- Address of the training camp: C.N.A. CONI, Via dei Vannini, 56018 Tirrenia, Italia;
Tel.: +390.50.394.00; Fax.: +390.50.323.92
E-mail: cpotirrenia@coni.it
Web-site: <http://tirrenia.coni.it/>
- The UEG training camp is organised with the support of the:
ITALIAN GYMNASTICS FEDERATION (FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA)
Viale Tiziano 70, 00196 ROMA, ITALIA,
Tel.: +39.06.3685.8177; Fax.: +39.06.3685.8113
E-mail: info@federginnastica.it
Web-site: www.federginnastica.it

• The staff and function:

No.	Name and first name	Function	Telephone	E-mail
1	WISCHNIA JACOB (ISR)	Responsible UEC/MTC president	+972.54.468.0770	jacky.wischnia@gmail.com
2	VUKOJA MARIO (CRO)	Responsible UEG/MTC member	+385.98.1788.888	mario.vukoja1972@gmail.com
3	NIKOS PROVIAS (GRE)	Responsible UEG/MTC member	+30.69.42556353	gymreth@gmail.com
4	NADIA BRIVO (ITA)	Administrative Director		
5	RICCARDO CAMBA	Assistant Administrative Director		
6	COLLIE BARRY (GBR)	Expert	+44.7739.99.0271	barry.collie@british-gymnastics.org
7	LAZZARICH DIEGO (ITA)	Expert	+39.333.2023.464	dglzrchr@yahoo.it
8	BARINOV YURY (RUS)	Expert		
9	MICKEVICS ARTUR (LAT)	Expert	+371.2.9228203	amickevics@gmail.com
10	MAERTENS LAURENT (FRA)	Expert	+33.687.140.356	maertens.laurent@free.fr
11	BONZI ROSSANA (ITA)	Expert	+39.347.5284.841	rossanabonzi@libero.it
12	JULIAN (promo gym)	Video		
13	Dr. LOSCHIAVO PIERRO (ITA)	Medical assistance		