

INCONTRO DI AGGIORNAMENTO TECNICO SETTORE SALTI

2 DICEMBRE 2018 - STADIO COLBACCHINI

TEMA DELL'INCONTRO

"La diversa programmazione delle attività sportive annuali degli atleti della categoria allievi rispetto ai cadetti".

9.00 – 9.15 INTRODUZIONE: (Lazzarin Enrico)

- *L'ATLETA GIOVANE OGGI, UNA NUOVA REALTÀ*
- *PERIODI SENSIBILI E PERIODI CRITICI DEL CADETTO/ALLIEVO*
- *LA VALUTAZIONE DELL'ATLETA NEI SETTORI GIOVANILI: Uniformità nei test di valutazione*
- *LA CAPACITA' E QUALITA' DEL CARICO ALLENANTE DAI CADETTI AGLI ALLIEVI*
- *LA PREPARAZIONE TECNICA : DAL MULTIDISCIPLINARE AL MULTISPECIALISTICO*
- *LA PERIODIZZAZIONE NELLA PREPARAZIONE DAI CADETTI AGLI ALLIEVI*

9.15 – 10.15 INTERVENTI PROGRAMMATI:

- A) *LO SVILUPPO DELLA TECNICA E DELLE CAPACITA' COORDINATIVE (Chiarello Marco)*
- B) *LO SVILUPPO DELLA FORZA (Lazzarin Enrico)*
- C) *LO SVILUPPO DELLA FORZA SPECIALE (Bordignon Michele)*
- D) *LO SVILUPPO DELLA CORSA E DELLA CORSA DEL SALTATORE (Lah Barbara)*
- E) *LO SVILUPPO DELLA F. GENERALE E DEL "CORE" (Franzon Francesca)*

10.15 – 11.00 DIBATTITO – TAVOLA ROTONDA