

STAGE TECNICI PER ALLENATORI

Calcio

Domenica 3 febbraio 2013
ore 10 ÷ 16, oratorio di Paina

Volley

Sabato 9 febbraio 2013
ore 10 ÷ 16, oratorio di Villa R.

Fascia d'età di riferimento: ragazzi/e di II e III Fascia
Iscrizioni e informazioni su www.torneidellamicizia.it



con la
collaborazione di



STAGE DI AGGIORNAMENTO TECNICO PER ALLENATORI DI CALCIO

(II e III Fascia)

Domenica 3 febbraio 2013 – Oratorio di Paina

- 10.00 - 13.00: **Come strutturare una seduta di allenamento: metodo per fasi e metodo GEG**
I 4 fattori della prestazione sportiva:
Fattore fisico (capacità coordinative e condizionali applicate al calcio)
Fattore psicologico-educativo (gestione del gruppo e del singolo)
Fattore tecnico e fattore tattico
- 13.00 - 14.00: **Pausa pranzo**
- 14.00 - 16.00: **Workshop**
Esempio di seduta di allenamento
Esercitazioni e situazioni psicocinetiche

STAGE DI AGGIORNAMENTO TECNICO PER ALLENATORI DI PALLAVOLO

(II e III Fascia)

Sabato 9 febbraio 2013 – Oratorio di Villa Raverio

- 10.00 - 13.00: **Evoluzione della tecnica e del gioco nei passaggi di categoria: dalla I alla II Fascia e dalla II alla III Fascia**
Gestione del gruppo, degli spazi e metodologia dell'allenamento
Aspetti fondamentali, scambi di esperienze e dimostrazioni con gli allenatori
- 13.00 - 14.00: **Pausa pranzo**
- 14.00 - 16.00: **Workshop**
Impostazione di un allenamento con l'ausilio di una squadra
- Dibattito finale**
Domande, dubbi e curiosità

ISTRUTTORE
STAGE DI CALCIO

PAOLO PICHI

Laureato in Scienze dell'Educazione e Scienze della Formazione Primaria

Master in educazione sportiva CONI
Diploma istruttore giovani calciatori FIGC
Diploma istruttore giovani calciatori ASF
Diploma allenatore di base UEFA

Docente e formatore corsi e master CONI
Docente corso WWH - CDS

Tecnico settore giovanile A.C. Monza
Brianza 1912 e Calcio Lecco

ISCRIZIONI

L'iscrizione è obbligatoria e va fatta
Stage CALCIO: entro martedì 29/01
Stage VOLLEY: entro martedì 05/02
compilando l'apposito modulo online sul
sito internet della FeSTA
www.torneidellamicizia.it

Quota di iscrizione allo Stage:
€ 20,00 (comprensiva del pranzo)

ATTENZIONE

- è previsto un numero max di iscritti, a cui verrà inviata una mail di conferma;
- si raccomanda il rispetto degli orari dello Stage
- ai partecipanti è richiesto un abbigliamento adeguato (tuta e scarpe da ginnastica)

ISTRUTTORE
STAGE DI PALLAVOLO

IVANO COLOMBO

Laureato in Scienze Motorie

Allenatore FIPAV
2° Grado + 3° Livello Giovanile

Co-Fondatore dell'APIV
(Ass. Italiana Preparatori Fisici Volley)