

Il Coni Point di Ravenna in collaborazione con la Scuola Regionale dello Sport dell'Emilia Romagna, presenta un seminario sul tema:

# IL RISCALDAMENTO PRE ALLENAMENTO E PRE GARA

data seminario	scadenza iscrizioni
29.06.2019	21.06.2019



**Finalità:** Alla luce delle recenti pubblicazioni scientifiche, rivedere i metodi e gli strumenti più utilizzati per la fase di riscaldamento nello sport, sia dal punto di vista condizionale che coordinativo in età evolutiva.

Elementi di teoria e metodologia dell'allenamento relativamente alla fase di riscaldamento in funzione di allenamenti e gare

**Destinatari:** l'incontro è rivolto a tecnici sportivi, preparatori fisici, laureati ISEF e in scienze motorie, studenti in scienze motorie, atleti, tutti coloro che si occupano della gestione dell'atleta.

**Quando:** sabato 29 giugno 2019 - ore 9.00 – 13.00

**Dove:** Palestra di Scherma Coni-Fis "D.Silvagni" Via Falconieri, 33 - Ravenna

**Quota di partecipazione:** € 30,00

**Docente:** **Dott. Federico Nigro** – Docente CONI ai corsi di aggiornamento di Metodologia dell'Allenamento, Tutor didattico Università di Bologna, Scienze Motorie, Teoria e Metodologia dell'Allenamento, Esercitazioni sulle metodologie di allenamento e Valutazione della Forza, Docente a contratto Università di Bologna Scienze Motorie – Teoria e Didattica degli Sport di Squadra, Preparatore Fisico Idea Volley Bologna under 16 e serie C femminili. E' stato Allenatore di: Primi Calci presso AC Sasso Marconi, mini rugby e Under 14 presso Bologna Rugby 1928. Assistente Insegnante di Ginnastica Acrobatica

**Nota:** l'attivazione del corso è soggetta al raggiungimento di un numero minimo di 15 iscritti.

**Modalità di iscrizione:** è necessario effettuare una pre-iscrizione inviando una e-mail al CONI Point di Ravenna: [ravenna@coni.it](mailto:ravenna@coni.it), con indicazione di cognome e nome, recapito telefonico ed e-mail personale entro il 21.06.2019 (verranno prese in considerazione le iscrizioni in base all'ordine di arrivo). Al raggiungimento del numero di 15 partecipanti verrà inviata una comunicazione, dal CONI Point di Ravenna, di conferma del corso con i dati per il versamento della quota di iscrizione di € 30,00 e il modulo di iscrizione da compilare e rimandare con copia del bonifico entro il 27.06.2019.

**Importante:** non verranno restituite le quote d'iscrizione prima dell'attivazione del corso da parte del Coni Point Ravenna, pertanto si chiede di attenersi scrupolosamente alle scadenze sopraindicate.

**Informazioni:** Coni Point Ravenna – tel.: 0544 421035, fax: 06 32723889

Coni Point Ravenna - interventi area tecnica 2019