

1° STAGE 2017 – 2020

Da venerdì 17 a domenica 19 novembre 2017

• **venerdì 17 novembre**

- | | |
|-------------|--|
| 14.30 | Arrivo del gruppo FITRI presso il B&B Ai Vellutai di Ala
Accredito ed assegnazione stanze |
| 15.00 | Sessione allenamento corsa |
| 18.00-19.30 | Sessione allenamento piscina presso Centro Sportivo di Ala |
| 19.45 | Cena presso il B&B Ai Vellutai di Ala |
| 20.15-20.30 | Incontro tecnici FITRI con l'equipe degli psicologi:
valutazione del percorso educativo- formativo e
programmazione delle attività per i prossimi ritiri |
| 20.30-22.00 | Percorso educativo-formativo presso il B&B Ai Vellutai, a
cura della psicologa dello sport dott.ssa Paola Bertotti,
referente dell'equipe del progetto per la FITRI |

• **sabato 18 novembre**

- | | |
|-------------|--|
| 08.00 | Colazione |
| 09.00-12.00 | <u>Gruppo A</u> sessione Test presso CeRiSM –
dott. Roberto Modena |
| 10.00-10.15 | Incontro dei tecnici FITRI con il responsabile del CeRiSM:
analisi del percorso legato ai test e valutazioni e
programmazione delle attività per i prossimi ritiri |
| 10.00-11.45 | <u>Gruppo B</u> sessione allenamento presso piscina Centro
Sportivo di Ala |
| 13.00 | Pranzo presso il B&B Ai Vellutai |
| 14.00-17.30 | <u>Gruppo B</u> sessione Test presso CeRiSM –
dott. Roberto Modena |
| 15.00-17.00 | <u>Gruppo A</u> sessione allenamento presso piscina Centro
Sportivo di Ala |
| 19.45 | Cena presso il B&B Ai Vellutai di Ala |
| 20.15-20.30 | Incontro tecnici FITRI con l'equipe del percorso di
educazione alimentare: valutazione del percorso e
programmazione delle attività per i prossimi ritiri |
| 20.30-22.00 | Percorso di educazione alimentare tenuto dallo specialista
di medicina dello sport dott. Paolo Crepaz |

- **domenica 19 novembre**

- | | |
|---------------|---|
| 08.00 | Colazione |
| 09.30 – 11.00 | Sessione allenamento ciclismo |
| 11.30-12.45 | Sessione allenamento corsa |
| 13.00 | Pranzo presso il B&B Ai Vellutai. A seguire rientro a casa dell'intero gruppo |

Note:

1. Durante lo stage il referente per la comunicazione Giovanni Bettini, concordando con i responsabili tempi e modalità, realizzerà interviste e fotografie.
2. Durante il ritiro verrà fissato un incontro tra i responsabili del progetto ed i tecnici federali della FITRI.

Contatti:

- Referente organizzativo del Progetto: **Sergio Battisti**
C.O.N.I. Comitato Provinciale di Trento – Via della Malpensada 84, 38123 Trento
Tel: 0461/217492 - segreteria@talenti2020.com
- **B&B Ai Vellutai di Ala**
Via Soini, 34
Tel: 0464/674097 – <http://www.avellutai.it/>
- **CeRiSM – dott. Roberto Modena**
Via Matteo del Ben 5/b, Rovereto
Tel: 0464/483511 – <http://www.cerism.it>
- **Centro Sportivo di Ala**
Piazza San Giovanni XXIII
Tel. 0464/672682