

IMOLA 23-24 Marzo

Assessment e competenze
specifiche nel ciclismo

SCOPO E FOCUS DEL RADUNO

Obiettivo generale

L'obiettivo generale del camp è quello di **offrire ulteriori opportunità e input per sviluppare le proprie competenze, in un ambiente di lavoro nel Triathlon qualificato e professionale e avendo profonda consapevolezza dello stato del proprio processo di crescita verso l'ambito alto livello.**

Obiettivi tecnici

- Valutazione dello stato di preparazione in vista dei primi appuntamenti internazionali
- Esposizione a preziose opportunità di sviluppo per il ciclismo

PROGRAMMA

23 Marzo	
Ore 09.30	CICLISMO
	Prova a Cronometro 6km
	Time Trial a gruppi
	Esercitazioni tecniche in base al livello di competenze
Ore 14.00	NUOTO
	prova tempi 800m (valida per le PSN)
	prova tempi 100m
Ore 18.00	Revisione con tecnici e atleti del lavoro svolto
24 Marzo	
Ore 11.00	Gara di duathlon sprint
	Valutazione: prima frazione gara di Duathlon e gara complessiva

Per consentire un ottimale svolgimento delle attività è fissato un numero massimo di 20 atleti ad accesso libero. Gli atleti interessati **possono segnalare l'interesse entro il 5 Marzo inviando una mail ad a maurotomasselli@fitri.it**, una volta pervenute le domande verrà stilata una lista in base al merito e comunicata agli interessati. Si ricorda che il termine di scadenza per l'iscrizione alla gara è il 18 Marzo.

