

1. ATTIVITÀ PER IL COINVOLGIMENTO E LA RIPRESA

La fase trascorsa dell'emergenza è stata caratterizzata fino al mese di maggio dall'impossibilità di svolgere attività di allenamento all'aperto, ad esclusione delle poche attività individuali concesse. I programmi di coinvolgimento dei giovani a tutti i livelli sono stati quindi svolti interamente attraverso incontri online, rivolti ad atleti e tecnici, dal livello territoriale a quello nazionale. Nel mese di giugno molte Società hanno ripreso le attività nel rispetto dei protocolli di sicurezza e i giovani riescono in gran parte a svolgere attività all'aperto; le attività volte a favorire il coinvolgimento e la ripresa devono pertanto orientarsi verso attività sul campo motivanti e coinvolgenti.

Su questo ambito si vuole agire con le seguenti tre proposte, che partiranno contemporaneamente che saranno in grado di incontrare diverse esigenze di ampio coinvolgimento, partendo da proposte rivolte ai giovani che non hanno avuto possibilità di mantenere un adeguato livello di allenamento per arrivare a quelle rivolte a quelli più orientati agli aspetti agonistici, che aspettano immediate occasioni di confronto in attesa del ritorno delle gare.

1) **Allenamenti collettivi e camp open giornalieri**

Il primo livello di coinvolgimento su base locale è quello che i referenti giovanili possono promuovere sul territorio attraverso sessioni coinvolgenti ad accesso libero ed orientate ad un aspetto tecnico da approfondire. Il focus sarà scelto in modo opportuno per raggiungere gli obiettivi principali del periodo per queste iniziative, **ovvero favorire la motivazione e il nuovo coinvolgimento nelle attività del triathlon** per i giovani e giovanissimi rimasti a digiuno per lungo tempo. Le sessioni sono inquadrare come sessione di allenamento svolto con la Società, ma vista la natura aggregante è necessaria la realizzazione di un protocollo di lavoro che regoli l'attività sotto il profilo del rispetto della normativa vigente in tema di prevenzione dal contagio.

2) **Triathlon challenges**

Il secondo livello di coinvolgimento, rivolto sia agli atleti da incoraggiare e motivare nella ripartenza, sia a quelli che necessitano di occasioni coinvolgenti di confronto è rappresentato da sessioni dedicate allo sviluppo degli aspetti tecnici del triathlon attraverso la proposta di circuiti tecnici standard, da svolgere nel minor tempo possibile e limitando al massimo gli errori. La proposta può essere strutturata sempre come un allenamento collettivo, prevedendo una classifica e la possibilità di creare un progetto a più fasi di coinvolgimento rivolgendolo ad un'intera area regionale o interregionale, secondo lo schema a due o più fasi. Nelle regioni con attività più diffusa il primo livello può essere svolto in ambito societario

- Fase open 1: triathlon challenges a livello societario, monitorati tramite videocamera
- Fasi locali successive: triathlon challenges con atleti selezionati da più società a livello locale, monitorati tramite videocamera o con la presenza del referente tecnico giovanile.
- Fase finale regionale: triathlon challenges come allenamento collettivo o camp open dove accedono i migliori dalla fase open con la presenza dei referenti tecnici giovanili.

Esempi di Triathlon Challenges:

- a) Bike skills su formati e dimensioni ridotte per facilitare l'organizzazione e il reperimento di aree adeguate disponibili
- b) TTA con elementi specifici del triathlon e obiettivi tecnici idonei per la fascia di età coinvolta
- c) Prove di nuoto e corsa su formati ridotti, anche abbinati alle transizioni e altri elementi del triathlon. Ad esempio: nuoto con T1, T2+corsa, corsa+T1+corsa con conduzione bici su percorso tecnico+t2, ecc...
- d) Formati standard di Triathlon Challenges verranno strutturati e diffusi prima dell'inizio del programma

Ogni fase sarà caratterizzata da un ampio risalto e condivisione dei challenge sui canali social, con la pubblicazione dei video delle prove migliori in ogni fase.

3) Time Trials

Il terzo livello di coinvolgimento su base nazionale è rivolto a tutti i giovani delle categorie Youth e Junior, che hanno mantenuto una buona condizione fisica o che necessitano di occasioni di coinvolgimento più orientate alla competizione, prima che ci sia nuovamente la possibilità di gareggiare. La proposta è basata sulle seguenti tre fasi.

1° fase open. Prove PSN sul nuoto e la corsa, anche su formati ridotte disputate a livello societario, senza necessità di rispetto degli standard PSN (pista di atletica, monitoraggio con videocamera, ecc..)

2° fase open. Prove PSN sul nuoto e la corsa, sui formati standard disputate come allenamento collettivo.

3° fase. I migliori 20 atleti per categoria hanno accesso ad una prova interregionale Time Trial organizzata a fine Agosto sulla distanza 400m/10k/3000m.

4° fase. La proposta è stata fatta anche a livello europeo, se approvata e perseguita dall'ETU, comprende una terza fase nella quale i migliori atleti, per categoria e per area, possono sfidarsi su una prova ETU Time Trial e accedere ad ulteriori opportunità di sviluppo proposte dall'ETU.

In questo caso la seconda fase è strutturata, anziché sulle classiche aree, su tre macro-aree: Nord Est, Nord Ovest, Centro Sud con Isole.

4) ETU Virtual challenges

Al tavolo di confronto costituito da tutti i responsabili tecnici europei per i settori giovanili sono state proposte oltre alle PSN anche un'attività più estesa e semplice da realizzare a livello di base societario e costituita da sfide settimanali su un format specifico, gradualmente crescente nell'impegno, fino ad arrivare al format richiesto dalle PSN a livello ETU dei 400m di nuoto e 3000m di corsa, secondo la tabella seguente.

29-giu	05-lug	Swim 200m - Run 1500m
06-lug	12-lug	Run 2km - Bike 8km
13-lug	19-lug	Swim 400m - Run 3000m
20-lug	26-lug	Bike 8km - Run 3000m
27-lug	02-ago	300m-8km-1,5Km (almeno due prove da svolgere in successione)
Dal 3 Agosto	09-ago	Swim 400m - Run 3000m

I challenges sono rivolti a tutte le categorie e livelli, almeno nelle prima fasi possono essere coinvolti anche i più giovani. I tempi delle prove vengono presi direttamente dai tecnici e non è previsto alcuno standard da rispettare, per cui le prove di corsa possono essere realizzate anche su strada.

Verrà messo a disposizione un portale dove fino al 3 Agosto ognuno, tecnico o atleta, potrà accedere per inserire in propri tempi della settimana e confrontarsi in tempo reale con tutti gli altri atleti europei. Solo dal 3 Agosto, per il format valido per le PSN, potranno accedere al portale solo i tecnici accreditati dalla federazione per inserire tempi certificati.

Le proposte precedenti, quando non prevedono convocazione federale, sono strutturate nell'ambito di allenamenti collettivi, camp open e prove PSN. Sono quindi inquadrare come sessione di allenamento svolto con la Società, per cui è necessaria la presenza del tecnico e vanno rispettati i protocolli previsti per gli allenamenti.

Le varie attività assolvono ad esigenze diverse a seconda del livello degli atleti coinvolti, del loro stato di preparazione dopo il periodo di chiusura, delle caratteristiche del territorio e della programmazione verso il periodo di gare. Di seguito uno schema orientativo sulle possibili tempistiche nella proposta delle varie attività, favorendo inizialmente quelle più orientate al coinvolgimento di base per favorire una ripresa più ampia possibile.

Periodo		Allenamenti collettivi Camp Giornalieri	Triathlon Challenges	ETU Virtual Challenge	Time Trials	Camp Programma Sviluppo	Gare	ESEMPIO PROPOSTA TERRITORIALE		Periodo		
Atleti		Giovanissimi Youth – Junior di livello base	MC, CU, ES, RA, Youth livello base	Tutte le categorie nel rispetto delle distanze massime per categoria	Youth evoluti e Junior	Atleti nelle liste di interesse LT e LN	Tutte le categorie					
29-giu	05-lug	Camp su focus monotematici tecnici	Fase open 1	Swim 200m Run 1500m		Raduni RTC Giornalieri	Attività di gara regionale	Challenge nelle Società aquathlon	29-giu	05-lug		
06-lug	12-lug			Run 2km Bike 8km				Camp RTO Bike Skills	06-lug	12-lug		
13-lug	19-lug			Swim 400m Run 3000m				Gara regionale per tutte le categorie Acquathlon crono	13-lug	19-lug		
20-lug	26-lug		Bike 8km Run 3000m	Gara regionale MC/CU/ES Triathlon Crono	20-lug			26-lug				
27-lug	02-ago		300m-8km-1,5Km (S+B o B+R)	Gara regionale YA/YB/JU Triathlon Crono	27-lug			02-ago				
03-ago	09-ago		Fase open 3	Fase 2 PSN open	Challenge nelle Società			03-ago	09-ago			
10-ago	16-ago				Prove PSN regionali			10-ago	16-ago			
17-ago	23-ago		Fase interregionale		Fase 3 TT interregionale			Camp Squadre Nazionali Giovanili Ovindoli	Attività di gara interregionale	Gara interregionale YA/YB/JU Triathlon Crono	17-ago	23-ago
24-ago	30-ago				Gare regionali MC/CU/ES Triathlon Crono					24-ago	30-ago	
31-ago	06-set				PSN 400m/3000m				Attività di gara nazionale e internazionale	Campionati Italiani Giovanili	31-ago	06-set
07-set	13-set					07-set	13-set					
14-set	20-set	Campionati Italiani giovanili Crono e Coppa delle Regioni				14-set	20-set					
21-set	27-set					21-set	27-set					
Ottobre-Novembre		Campionati Italiani giovanili Duathlon Campionati Italiani Duathlon				Ottobre-Novembre						

2. ATTIVITÀ DEL PROGRAMMA DI SVILUPPO

Processo di sviluppo.

Il processo di sviluppo avviato e concretizzato con successo negli anni ha subito nel 2020 uno stop, soprattutto per le attività di sviluppo dell'eccellenza in campo internazionale, concretizzate con i risultati dell'ultimo anno, con ripercussioni molto probabili anche nel 2021. Nella fase di emergenza è stato favorito un ampio coinvolgimento di tecnici e atleti. Con la ripresa delle attività è necessario riprendere rilanciando il programma di sviluppo. Non sarà possibile proseguire dal precedente ma sarà necessario ripartire dalla strutturazione di un nuovo programma che possa portare nel giro di due anni ad un nuovo processo di successo.

Attività nel 2020

Nella seconda parte del 2020, caratterizzata dal rilancio del processo, il programma sarà caratterizzato dai seguenti punti.

- Ritorno alle attività sul campo

Il periodo di chiusura appena trascorso è stato caratterizzato dalle attività di coinvolgimento a distanza sui temi principali ritenuti di interesse; non appena possibile sarà quanto mai necessario rispondere alla esigenza degli atleti e dei tecnici di essere coinvolti e confrontarsi nuovamente sul campo.

- Ampliamento delle liste di interesse. Le liste di interesse territoriali sono state ampliate nei numeri, raddoppiando il numero di atleti coinvolti per ogni area. Questa scelta è stata presa per favorire il coinvolgimento ampio ed evitare il più possibile l'esclusione di atleti che al contrario aspettavano di essere coinvolti e si trovavano nell'impossibilità di esprimere sul campo le loro giuste ambizioni e rivendicazioni.

- Attività di raduno. Non appena concesso, ripartiranno le attività di camp ad accesso libero e su convocazione. I camp dovranno rispondere a specifici protocolli, per cui il numero di atleti coinvolti, le possibilità di utilizzo delle strutture ricettive e i costi potranno limitare le attività di raduno. Sarà in ogni caso fatto il possibile per garantire ogni opportunità di sviluppo attraverso i camp.

- Attività di gara. Le attività di gara di interesse per il programma di sviluppo sono quelle relative ai percorsi nazionali e internazionali. Le gare nazionali sono affrontate nei punti successivi, mentre per le gare internazionali l'ipotesi attuale è quella di avere le prime competizioni a fine agosto. Il numero di competizioni internazionali è limitato ad alcune gare ETU Cup, tra settembre e novembre, nel periodo più denso di competizioni nazionali alle quali si aggiungerà il Campionato Europeo Junior di fine agosto, per cui le difficoltà maggiori saranno quelle di offrire sufficienti opportunità di sviluppo agli atleti e strutturare adeguati processi di selezione per le convocazioni.

- **Formazione e supporto dei tecnici.** Le disposizioni per il distanziamento hanno offerto l'opportunità di confrontarsi con molti tecnici e più volte nel corso del periodo di chiusura. L'opportunità di procedere con incontri a distanza verrà utilizzata anche in futuro con i tecnici che verranno coinvolti spesso in sessioni individuali e collettive allo scopo di:
 - svolgere sessioni formative per l'attività giovanile
 - fornire supporto tecnico e metodologico
 - definire nel dettaglio le esigenze formative per progettare corsi futuri
 - offrire l'opportunità di confronto e discussione tra i tecnici in relazione alle problematiche tecniche, metodologiche e formative per l'attività.

3. ASPETTATIVE ATTIVITÀ DI GARA NAZIONALE

Le attività di gara dovranno seguire eventuali protocolli vigenti nel periodo della competizione, i seguenti paragrafi si riferiscono alla auspicabile attività di gara per la seconda parte di stagione.

a) Campionati Italiani Giovanili. Vista la situazione attuale riteniamo necessario dare la priorità ai Campionati Italiani Giovanili come evento nazionale da proporre ai giovani nelle aspettative future e tenerli agganciati a un obiettivo concreto. Per questo è importante la certezza della competizione e della possibilità di prepararsi per affrontarla. Per cui il periodo migliore per questa gara è a settembre (data più probabile il weekend del 6 settembre)

b) Gare giovanili interregionali. Vorremmo fornire la possibilità ai giovani di confrontarsi almeno in una gara interregionale. È necessario lasciare la possibilità di inserire in calendario almeno una gara rivolta alle categorie giovanili nel periodo di fine agosto e in ogni altro weekend disponibile ad esclusione unicamente di quelli previsti per i seguenti eventi (se realizzati):

- Campionati Italiani Giovanili di Triathlon Le Badie
- Coppa Italia Sanremo
- Campionati Italiani Triathlon Sprint Lignano
- Campionati Italiani Giovanili di Duathlon Cuneo
- Campionati Italiani di Duathlon Caorle.

c) Gare giovanili promozionali e regionali. Non appena sarà consentito gareggiare sarà necessario far ripartire tutta l'attività di base e promozionali che dovrebbe procedere senza restrizioni. In qualsiasi weekend deve essere possibile organizzare gare per le categorie giovanili di livello base e gare valide come prove regionali per assegnare il campionato regionale.

d) Campionato Italiano Di Società Giovani

Viene mantenuto il Campionato di Società

Prove valide.

Verranno mantenute le prove disponibili definite nel PAG:

- Campionato Italiano Duathlon Youth A, B e Junior individuale M e F
- Campionato Italiano Triathlon Youth A, B e Junior individuale M e F
- Campionato Italiano Triathlon Youth e Junior a squadre (2F+2M)
- Campionato Italiano Duathlon Youth e Junior a squadre (2F+2M)
- Classifica Finale individuale Coppa Italia Youth A, B e Junior M e F
- Campionato Italiano cronometro a squadre Youth e Junior
- 2° Graduatoria nazionale M e F delle prove PSN con le relative specifiche

Mentre, contrariamente a quanto definito nel PAG non verranno considerate le seguenti:

- Campionato Italiano Aquathlon Youth A, B e Junior individuale M e F
- Attività internazionale in funzione di uno sviluppo verso l'alto livello

Montepremi.

Resta al momento inalterato il montepremi e la distribuzione prevista.

e) Coppa Italia

Viene mantenuto il circuito di Coppa Italia.

Classifica generale. Per entrare in classifica è necessaria almeno una prova, per la classifica finale valgono tutti i punteggi acquisiti nei seguenti eventi:

- Campionati Italiani Giovanili di Triathlon Le Badie
- Coppa Italia Triathlon Crono.
- Campionati Italiani Giovanili di Duathlon Cuneo

Le premiazioni finali saranno svolte a Cuneo.

f) Trofeo Italia

Viene mantenuto il Trofeo Italia e il relativo montepremi. Il Trofeo Italia è riservato alle categorie Esordienti e Ragazzi e risulterà composto da:

- Prova nazionale di Triathlon Crono di Sanremo rivolta alla categoria Ragazzi
- Prova nazionale di Duathlon a Cuneo, rivolta sia alla categoria ragazzi che alla categoria esordienti
- Graduatoria PSN di categoria

Le premiazioni finali saranno svolte a Cuneo.

g) Coppa Delle Regioni. Viene mantenuta come programmato nel PAG la Coppa delle Regioni.

4. ATTIVITÀ TERRITORIALE

A livello territoriale verranno messe in atto tutte le proposte possibili di coinvolgimento descritte in precedenza e integrate con le attività di gara regionali e interregionali. I format di gara, le distanze e le categorie coinvolte possono essere adeguati alle necessità, in modo da rendere possibile l'evento nel rispetto del regolamento e del protocollo in vigore, tutelando la salute e la sicurezza ma senza togliere ai giovani la possibilità di confrontarsi e avere obiettivi. Gli organi territoriali possono contare sul supporto della Federazione per progetti dedicati ai giovani. Quando si presenta l'opportunità di avere una competizione a livello locale, tutti i progetti di coinvolgimento a livello territoriale verranno organizzati in funzione delle date di gara. Ad esempio, una possibile proposta è rappresentata dalla tabella seguente.

ESEMPIO DI POSSIBILE PROPOSTA DI ATTIVITA' NELL'AREA REGIONALE/INTERREGIONALE

Periodo Atleti		TIME SCHEDULE
29-giu	05-lug	Challenge nelle Società aquathlon
06-lug	12-lug	Camp RTO Bike Skills
13-lug	19-lug	Gara regionale per tutte le categorie Acquathlon crono
20-lug	26-lug	Gara regionale MC/CU/ES Triathlon Crono
27-lug	02-ago	Gara regionale YA/YB/JU Triathlon Crono
03-ago	09-ago	Challenge nelle Società
10-ago	16-ago	Prove PSN regionali
17-ago	23-ago	Gara interregionale YA/YB/JU Triathlon Crono
24-ago	30-ago	Gare regionali MC/CU/ES Triathlon Crono
31-ago	06-set	Campionati Italiani Giovanili
07-set	13-set	
14-set	20-set	Campionati Italiani giovanili Crono e Coppa delle Regioni
21-set	27-set	
Ottobre-Novembre		Campionati Italiani giovanili Duathlon Campionati Italiani Duathlon