



**DIREZIONE
SPORT**

LINEE GUIDA S.I.T

**SEMINARIO
TECNICO PRATICO**

Lovadina (TV), domenica 6 luglio 2025

“Esercitazioni per il nuoto in acque libere nell’allenamento giovanile”

2025

INFORMAZIONI

QUANDO:	domenica 6 luglio 2025
ARGOMENTI TRATTATI:	Esercitazioni per il nuoto in acque libere nell'allenamento giovanile
MODALITÀ DI SVOLGIMENTO:	il seminario di aggiornamento si svolgerà in presenza con sessioni esercitazioni pratiche e lezioni frontali
LUOGO DI SVOLGIMENTO:	Lovadina (TV)
REFERENTE IN LOCO:	Alberto Casadei – Direttore Tecnico Giovanile FITRI albertocasadei@fitri.it – 339.7787614
REFERENTE ORGANIZZATIVO:	Settore Istruzione Tecnica FITRI settoreistruzioneetecnica@fitri.it
RESPONSABILE SIT:	Alessandro Bottoni – responsablesit@fitri.it
SUPPORTO TECNICO:	piattaforma www.formazionefitri.it E-mail: help@formazionefitri.it

1. DESTINATARI

La partecipazione è aperta ai tecnici Fitri di ogni livello. L'evento **assegnerà 3 Crediti Formativi** annuali.

2. ASPETTI ORGANIZZATIVI

Il seminario si svolgerà in presenza domenica 6 luglio 2025 dalle ore 16.00 e termine alle ore 19.00.

L'**accreditamento** per i tecnici che seguiranno il seminario in presenza è previsto alle ore 16:00 presso Hotel Thai Si Hotel & Royal Thai Spa -Via G. Vecellio, 56/A, 31027 Lovadina TV.

3. MODALITÀ D'ISCRIZIONE

Le iscrizioni si effettueranno esclusivamente previa piattaforma www.formazionefitri.it, nelle seguenti modalità:

Partecipazione IN PRESENZA:	www.formazionefitri.it – selezionare "Seminari Pratici"
Iscrizione:	a partire da mercoledì 25 giugno 2025 dalle ore 11:00
Termine iscrizioni:	mercoledì 2 luglio 2025 entro le ore 16.00 e/o al raggiungimento del numero massimo di 30 partecipanti

Il corso si attiverà solo al raggiungimento del numero minimo di 5 partecipanti

4. QUOTA D'ISCRIZIONE

La quota d'iscrizione al seminario è di **euro 45,00**

Il pagamento potrà essere effettuato in modalità telematica con carta di credito.

Con questa tipologia semplificata di pagamento i tecnici verranno automaticamente registrati all'evento formativo, oppure, mediante bonifico bancario da intestare a:

FEDERAZIONE ITALIANA TRIATHLON

Banca 05034 - BANCO BPM S.P.A.

IBAN IT17M050340324000000001549

Specificare la causale: nome e cognome, iscrizione seminario pratico FITRI 2025 lovadina 06.07.2025

Per le iscrizioni mediante bonifico, si ricorda che la copia del bonifico dovrà essere inserita all'interno del format, per la chiusura della procedura d'iscrizione e verranno convalidate dal settore SIT esclusivamente dopo l'autorizzazione da parte del settore amministrativo dell'avvenuto pagamento.

Si prega, pertanto, di **eseguire il bonifico con valuta non superiore alla data di mercoledì 2 luglio 2025**

NOTA BENE:

Per i tecnici che parteciperanno a questo seminario, potranno partecipare **a titolo gratuito** al seminario pratico in programma lunedì 7 luglio, inviando specifica richiesta a mezzo e-mail al settoreistruzioneetecnica@fitri.it entro e non oltre mercoledì 2 luglio ore 16:00.

5. CONTENUTI

Continua la proposta di seminari tecnici pratici con due giornate programmate a Lovadina per il 6 e 7 luglio. Dopo le esperienze positive dei seminari pratici svolti a Siracusa, Roma, Porto S.Elpidio e Livorno, viene riproposta la formula di legare la formazione tecnica all'attività svolta realmente sul campo dallo staff tecnico federale. Nelle giornate di Lovadina, per rendere ancora più efficace e realmente applicativo il contenuto tecnico erogato nei seminari, viene utilizzato il contesto del macro raduno dell'attività sviluppo, dedicato ai giovani delle categorie YB e programmato nella stessa sede dal 6 al 10 luglio. Nel pomeriggio del 6 luglio verrà affrontato il tema dell'allenamento del nuoto giovanile sulle esigenze tecniche per le acque libere. Verrà utilizzato il bacino idrico sede dei Campionati Giovanili appena conclusi, in un ambiente ideale per la didattica pratica. Il giorno seguente sarà invece suddiviso in una sessione della mattina e una del pomeriggio. La mattinata verrà dedicata alle esercitazioni e valutazioni da campo per l'allenamento della forza nei giovani, un tema di fondamentale importanza nella preparazione giovanile, mentre nel pomeriggio verrà dato spazio al tema delle esercitazioni per le transizioni nell'allenamento giovanile, utilizzando le strutture logistiche già allestite per i campionati giovanili. In ognuna delle tre sessioni formative il programma prevede una prima parte di didattica teorica, con l'introduzione ai temi affrontati nella parte pratica e l'approfondimento dei contenuti metodologici proposti. A seguire verrà realizzata la parte pratica integrata nella sessione di lavoro del camp giovanile. Infine, ogni sessione di formazione terminerà con un'ultima parte teorica di discussione, confronto e approfondimento di quanto svolto con lo staff tecnico che ha progettato il camp e la sessione di allenamento.

Durante il seminario saranno trattati gli argomenti descritti di seguito nel programma.

Programma:

SEMINARIO TECNICO PRATICO FITRI LOVADINA 6 LUGLIO 2025		
<i>Orario</i>	<i>Tema affrontato</i>	<i>Relatori e referenti</i>
16:00	<i>Procedure di accredito</i>	Alberto Casadei
16:15 – 16:45	Introduzione ai temi affrontati nel seminario	Staff tecnico Squadre Nazionali Giovanili
	Illustrazione della sessione di allenamento: <ul style="list-style-type: none"> - obiettivi della sessione in relazione agli atleti - contenuti tecnici della sessione: - cosa osservare per ogni compito assegnato 	
17:00 – 18:00	Esercitazioni per il nuoto in acque libere nell'allenamento giovanile	Paolo Zunino
18:15 – 19:00	<ul style="list-style-type: none"> - Discussione sulla sessione realizzata - Introduzione alla sessione successiva - Punti di approfondimento per entrambe le sessioni di allenamento: <ul style="list-style-type: none"> - fondamenti teorici e metodologici alla base delle due esercitazioni proposte - organizzazione del gruppo in funzione del livello e degli obiettivi della sessione, scelta dei tempi di recupero tra le ripetizioni e le serie - modalità attuate nella erogazione dei compiti - modalità di gestione degli atleti nel corso della sessione - modalità di gestione dello staff presente - modalità di acquisizione dei feedback dagli atleti 	Staff tecnico Squadre Nazionali Giovanili

6. ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE E CREDITI FORMATIVI

Al fine di poter ottenere i Crediti Formativi previsti è necessario firmare la presenza all'inizio dei lavori della sessione mattutina o di quella pomeridiana.

È consentito il 10% (30 minuti) di assenze dal totale delle ore del seminario.

Sarà rilasciato un attestato di partecipazione, a mezzo e-mail, direttamente dalla piattaforma una volta verificate le presenze.

La partecipazione **assegna 3 CF** per l'anno in corso.

7. CONVENZIONI ALBERGHIERE

Hotel Thai Si Hotel & Royal Thai Spa, Via G. Vecellio, 56/A, 31027 Lovadina TV Telefono: 0422 881350

Hotel Spresiano, Via Tiepolo 10, Spresiano - Telefono: 0422 887060