



---

**PROGRAMMA DI  
ATTIVITÀ 2020  
SQUADRE NAZIONALI**

---

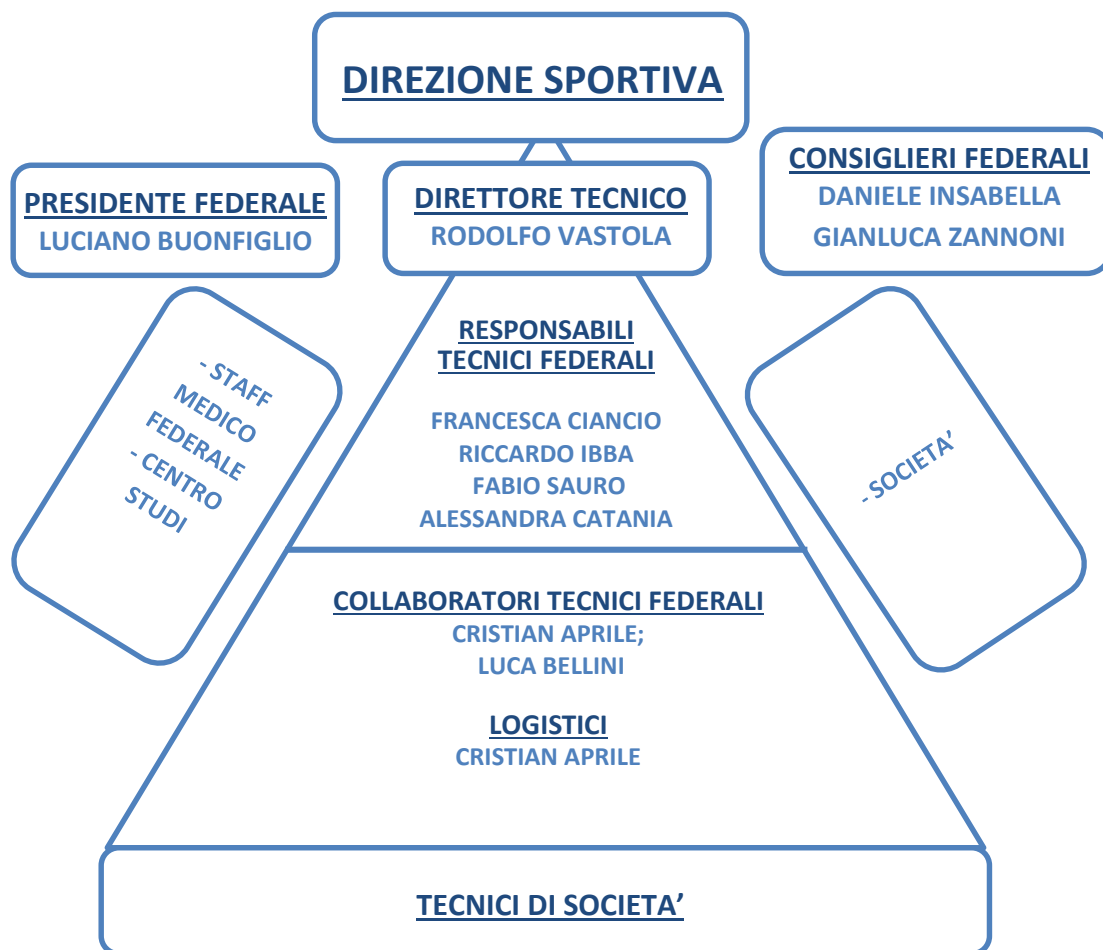
**SETTORE  
CANOA POLO**

**SOMMARIO**

<b>1. MODELLO ORGANIZZATIVO .....</b>	<b>3</b>
1.1 ORGANIGRAMMA.....	3
1.2 FUNZIONI E INCARICHI .....	3
<b>2. ATTIVITA' SQUADRE NAZIONALI .....</b>	<b>4</b>
2.1 DIREZIONE TECNICA CANOA POLO (DT) .....	4
2.2 LA NAZIONALE NEL TUO COMITATO O SOCIETÀ.....	5
2.3 REFERENTI TECNICI COMITATI REGIONALI .....	5
2.4 TEST DI RIFERIMENTO PER L'ANNO 2020.....	5
<b>3. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE SENIOR MASCHILE .....</b>	<b>7</b>
ATTIVITÀ NAZIONALE .....	7
ATTIVITÀ INTERNAZIONALE.....	7
<b>4. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE SENIOR FEMMINILE .....</b>	<b>7</b>
ATTIVITÀ NAZIONALE .....	7
RADUNI NAZIONALI .....	7
ATTIVITÀ INTERNAZIONALE.....	7
<b>5. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE UNDER 21 MASCHILE .....</b>	<b>7</b>
ATTIVITÀ NAZIONALE .....	7
ATTIVITÀ INTERNAZIONALE.....	8
<b>6. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE UNDER 21 FEMMINILE .....</b>	<b>8</b>
ATTIVITÀ NAZIONALE .....	8
ATTIVITÀ INTERNAZIONALE.....	8
<b>7. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE UNDER 18 MASCHILE .....</b>	<b>8</b>
ATTIVITÀ NAZIONALE .....	8
ATTIVITÀ INTERNAZIONALE.....	9

## 1. MODELLO ORGANIZZATIVO

### 1.1 ORGANIGRAMMA



### 1.2 FUNZIONI E INCARICHI

#### DIREZIONE SPORTIVA

Ai sensi dell'art. 31, comma 2 dello Statuto federale la Direzione Sportiva (DS) di ogni Disciplina e/o Settore è sotto la diretta responsabilità dal Presidente Federale, che delega le funzioni operative alla rispettiva Direzione Tecnica (DT). Le DS, hanno una composizione variabile e normalmente sono formate dal Presidente, dal Consigliere Federale Responsabile, dal Direttore Tecnico o dal Coordinatore Responsabile della singola DTN. Per argomenti che coinvolgono più settori, la composizione eventualmente è allargata e comprende tutti i componenti eventualmente interessati (dirigenti e tecnici).

#### DIRETTORE TECNICO

In armonia con le indicazioni del Presidente, della Direzione sportiva e del Consiglio Federale ed in conformità alle finalità di perseguire un generale elevamento dei livelli tecnici e prestativi dell'intero ambito/settore di competenza, pianifica la programmazione delle attività, fornendo esplicite indicazioni metodologiche ed organizzative in ordine della preparazione delle squadre/rappresentative nazionali. Coordina i rapporti tra i vari Responsabili tecnici, i Collaboratori Tecnici e i Tecnici societari eventualmente interessati dalle attività delle rappresentative/squadre nazionali. E' responsabile di tutti gli aspetti collegati alla preparazione degli

atleti della nazionale o dei partecipanti alle attività collegiali federali, quindi all'organizzazione di raduni, stage, test, sia a livello centrale che, se direttamente organizzati, sul territorio o all'estero. E' responsabile della partecipazione delle rappresentative di settore ufficiali FICK alle competizioni internazionali, in particolare in ordine: alle iscrizioni, alle modalità di partecipazione e ai risultati, nonché al controllo interno ed ai report valutativi finali. Il Direttore Tecnico è nominato dal Consiglio federale, la sua prestazione è regolata da un contratto.

### RESPONSABILI TECNICI FEDERALI

Sono gli allenatori che, insieme al Direttore Tecnico e in totale accordo alle sue direttive, curano gli aspetti tecnici, metodologici, organizzativi relativi agli allenamenti collegiali, alla partecipazione alle gare internazionali e alle finalità di crescita tecnica e prestativa dell'intero ambito/settore di competenza. Possono, su esplicito mandato del Direttore Tecnico, essere espressamente delegati a rappresentarlo in occasioni di raduni, stage, test e gare e, pertanto, in questo caso svolgere le sue funzioni. Devono rapportarsi, anche attraverso esplicite azioni di coordinamento, con i Collaboratori Tecnici societari e con i Tecnici societari eventualmente chiamati ai raduni e/o alle gare internazionali. I Responsabili Tecnici Federali sono nominati dal Consiglio Federale e di norma le loro prestazioni sono regolate da un contratto o comunque, da eventuali altre disposizioni approvate dal Consiglio Federale (compreso l'ammontare di eventuali diarie giornaliere).

### COLLABORATORI TECNICI FEDERALI

Sono i tecnici nominati o chiamati dal Coordinatore della Direzione Sportiva, su proposta dei Responsabili Tecnici Federali, a collaborare con la DT per l'espletamento delle attività annuali o, anche solo per limitati e definiti periodi, a specifiche azioni/attività. Insieme ai Responsabili Tecnici Federali condividono le diverse fasi della programmazione alle quali partecipano nelle forme e nei modi definiti dal Coordinatore della Direzione Sportiva e concordati con i Responsabili Tecnici Federali sia a livello di progettazione che, soprattutto, in fase attuativa e operativa. I Collaboratori Tecnici Federali sono convocati su richiesta del Coordinatore della Direzione Sportiva ed essendo funzionali alle attività, percepiscono uno specifico **indennizzo giornaliero (diaria) definito dal Consiglio Federale pari a € 75,00**. I loro spostamenti avvengono su convocazione e prevedono il rimborso spese, il vitto e il pernottamento, secondo le modalità indicate sulla convocazione medesima.

### TECNICI DI SOCIETÀ

Sono i tecnici di società che, su convocazione federale o anche per specifica richiesta delle società, se autorizzata, partecipano alle attività tecniche federali (raduni e/o gare) e pertanto collaborano con i tecnici federali, rendendosi disponibili per la buona riuscita delle attività alle quali partecipano. I Tecnici di Società, quando vengono convocati dalla Federazione, hanno diritto al rimborso delle spese di viaggio, al vitto e al pernottamento, secondo le modalità stabilite in convocazione. Anche se convocati i Tecnici Societari non percepiscono l'indennizzo giornaliero. Quando le società richiedono la convocazione dei loro tecnici, la partecipazione, comunque subordinata all'approvazione del Direttore Tecnico, avverrà a totale carico (viaggio, vitto e pernottamenti) della società richiedente.

### COLLABORATORI LOGISTICI

I collaboratori logistici sono convocati principalmente per mansioni di trasporto, gestione imbarcazioni e materiale tecnico/sportivo. Devono essere maggiorenni e regolarmente tesserati. Le loro prestazioni sono regolate da un contratto o da singole convocazioni in base dell'esigenza delle squadre nazionali. **Percepiscono uno specifico indennizzo giornaliero (diaria) di € 50,00**, definito dal Consiglio Federale tranne che per coloro il cui rapporto è regolato da un contratto. I loro spostamenti avvengono su convocazione e prevedono il rimborso spese, il vitto e l'alloggio, secondo le modalità indicate sulla convocazione medesima.

## 2. ATTIVITA' SQUADRE NAZIONALI

### 2.1 DIREZIONE TECNICA CANOA POLO (DT)

**DIRETTORE TECNICO:** Rodolfo Vastola

**RESPONSABILI TECNICI FEDERALI:** Rodolfo Vastola (Senior maschile), Francesca Ciancio (Senior femminile), Riccardo Ibba, Fabio Sauro (Under 21 maschile), Alessandra Catania (Under 21 femminile)

**COLLABORATORI TECNICI FEDERALI:** Luca Bellini e Cristian Aprile (Under 18)

**COORDINAMENTO LOGISTICO:** Cristian Aprile

**RIFERIMENTI FEDERALI PER I COMITATI REGIONALI:** Rodolfo Vastola, Riccardo Ibba.

**EVENTUALI TECNICI SOCIETARI DEGLI ATLETI CONVOCATI, SENZA INDENNIZZO GIORNALIERO.**

## 2.2 LA NAZIONALE NEL TUO COMITATO O SOCIETÀ

La Direzione Tecnica al fine di favorire la formazione dei tecnici e la promozione della specialità si rende disponibile a realizzare le attività di raduno delle squadre nazionali presso i Comitati Regionali e le Società che riescano a garantire un adeguato supporto logistico e tecnico.

## 2.3 REFERENTI TECNICI COMITATI REGIONALI

La Direzione Tecnica individuerà dei tecnici di riferimento, su proposta dei comitati regionali, al fine di stabilire una comune strategia di intervento sul territorio nazionale. L'attività regionale, nell'autonomia di ogni singolo comitato, dovrà essere mirata al censimento e alla valutazione dei settori giovanili maschile e femminile, con particolare attenzione alle categorie under 14. La direzione tecnica tramite i referenti tecnici si impegna a garantire supporto tecnico e coordinativo per le regioni che ne richiedano l'intervento. I comitati regionali di concerto con i referenti tecnici regionali dovranno individuare delle giornate di valutazione della capacità di prestazione dell'atleta e di formazione per i tecnici di società.

## 2.4 TEST DI RIFERIMENTO PER L'ANNO 2020

Gli atleti delle categorie Senior femminile, Under 21 maschile e femminile potranno accedere ai raduni nazionali se parteciperanno alla attività di test organizzata da un comitato regionale.

È auspicabile che i test in canoa siano realizzati con l'ausilio di tecnologie GPS. Al fine di avere una valutazione oggettiva della prestazione. In tal caso, si suggerirà ai Comitati quale tecnologie GPS e quale piattaforma tecnologica eventualmente da acquisire.

### I test per il settore under 21 maschile e femminile

Valutazione generale della forza resistente:

- Trazioni alla sbarra;
- Panca piana.

Il test prevede che l'atleta realizzi il maggiore numero di ripetizioni nel tempo massimo di due minuti. Il test delle trazioni alla sbarra deve essere realizzato a carico naturale. Il test di panca piana con un carico pari al 50% del massimale di ogni atleta.

Test in canoa dei 10 campi:

- Il test prevede che ogni atleta realizzi per tre volte un percorso di 10 campi, e che ne venga misurato il tempo di percorrenza. L'atleta allo start del test si dovrà trovare con il pozzetto posizionato sulla linea di fondo campo. I cambi direzione saranno consentiti quando la canoa avrà toccato, almeno con la protezione anteriore, la linea di fondo campo. In caso di virata anticipata sarà assegnata all'atleta una penalità. Al raggiungimento di 3 penalità sarà sommato al tempo complessivo un valore di 2 secondi. Lo stop al cronometro sarà dato quando l'atleta avrà superato con il proprio corpo la linea di fondo del 10 campo di percorrenza. Al termine di ogni prova sarà previsto un recupero di 1 minuto<sup>1</sup>.

### Test di valutazione generale per gli Under 18 e 16 maschile e femminile

Valutazione della resistenza generale:

- 5000 metri di corsa;

- Test di trazioni alla sbarra;
- Panca piana.

Il test prevede che l'atleta realizzi il maggiore numero di ripetizioni nel tempo massimo di due minuti. Il test delle trazioni alla sbarra deve essere realizzato a carico naturale. Il test di panca piana con un carico pari al 50% del massimale di ogni atleta.

#### Test in canoa:

- Gli under 18 saranno valutati rispetto il Test dei 10 campi. Il test deve essere realizzato secondo le stesse modalità illustrate nella categoria under 21.
- Gli under 16 saranno valutati rispetto al Test dei 6 campi. Il test prevede che ogni atleta realizzi per due volte un percorso di 6 campi, e che ne venga misurato il tempo di percorrenza. L'atleta allo start del test si dovrà trovare con il pozzetto posizionato sulla linea di fondo campo. I cambi direzione saranno consentiti quando la canoa avrà toccato, almeno con la protezione anteriore, la linea di fondo campo. In caso di virata anticipata sarà assegnata all'atleta una penalità. Al raggiungimento di 3 penalità sarà sommato al tempo complessivo un valore di 2 secondi. Lo stop al cronometro sarà dato quando l'atleta avrà superato con il proprio corpo la linea di fondo del 6° campo di percorrenza. Al termine di ogni prova sarà previsto un recupero di 1 minuto.
- Test di velocità. Il test prevede che ogni atleta realizzi per tre volte un percorso di 1 campo alla massima velocità, e che venga misurato il tempo di percorrenza. L'atleta allo start del test si dovrà trovare con il pozzetto posizionato sulla linea di fondo campo e il pallone in presa di due mani. Lo stop sarà preso quando l'atleta avrà superato con il corpo la linea di fondo campo opposto. Tra ogni percorso il recupero dovrà essere di 30 secondi.

#### Test coordinativi:

- Il test del "porta palla". Tale test consiste nel percorrere il campo di gioco alla massima velocità portando la palla in maniera alternata tra lato destro e sinistro per 6 volte. Le prove da realizzare saranno 4 ed in particolare nelle prime 2 la palla sarà portata unicamente con le mani, nelle successive 2 volte con la pagaia. Verrà misurato il tempo di percorrenza tra lo start e lo stop dell'esercizio. L'atleta allo start del test si dovrà trovare con il pozzetto posizionato sulla linea di fondo campo e il pallone in presa di due mani. Lo stop sarà preso quando l'atleta avrà superato con il corpo la linea di fondo campo opposto. Il tempo di recupero tra ogni percorso dovrà essere di 30 secondi. Verranno considerati nulli i percorsi che non rispetteranno la modalità di esecuzione descritta in precedenza.

Al termine del Test sarà individuato un "indice tecnico". Tale indice verrà calcolato tramite il rapporto del tempo di percorrenza migliore dei tre test di velocità diviso rispettivamente per il tempo migliore del test della porta palla con la mano e con la pagaia.

### 3. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE SENIOR MASCHILE

#### ATTIVITÀ NAZIONALE

La selezione degli atleti che parteciperanno alle competizioni a cui prenderà parte la Squadra Nazionale maschile sarà realizzata tramite:

- L'osservazione degli atleti durante le giornate di campionato
- Raduni federali

#### RADUNI NAZIONALI

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
6 - 8 marzo	Pozzuoli (NA)	Max 14 + tecnico
17 - 19 Aprile	Pozzuoli (NA)	Max 14 + tecnico
19 - 21 Giugno	Da definire	Max 14 + tecnico
26 - 30 Agosto	Da definire	Max 10 + tecnico

#### ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
26 - 28 Giugno	I^ Tappa ECA Cup - Mechelen (BEL)	(due squadre)
24 - 27 Luglio	II^ Tappa ECA Cup - Essen (GER)	(una squadra)
5 - 13 Settembre	Campionati del Mondo - Roma	

### 4. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE SENIOR FEMMINILE

#### ATTIVITÀ NAZIONALE

La selezione delle atlete che parteciperanno alle competizioni a cui prenderà parte la squadra nazionale femminile sarà realizzata tramite:

- Test federali su richiesta del tecnico referente
- L'osservazione delle atlete durante le giornate di campionato
- Raduni federali

#### RADUNI NAZIONALI

DATE	LOCALITÀ	ATELE DA CONVOCARE
14 - 15 Marzo	Pozzuoli (NA)	Max 14 + tecnico
17 - 18 - 19 Aprile	Pozzuoli (NA)	Max 14 + tecnico
5 - 6 - 7 Giugno	Pozzuoli (NA)	Max 10 + tecnico
21 - 28 Agosto	Milano	Max 10 + tecnico

#### ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

DATE	LOCALITÀ	ATELE DA CONVOCARE
26 - 28 Giugno	I^ Tappa ECA Cup - Mechelen (BEL)	(una squadra)
24 - 27 Luglio	II^ Tappa ECA Cup - Essen (GER)	(una squadra)
5 - 13 Settembre	Campionati del Mondo - Roma	(una squadra)

### 5. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE UNDER 21 MASCHILE

#### ATTIVITÀ NAZIONALE

L'attività della squadra nazionale Under 21 è divisa in tre fasi:

- Test presso i Comitati Regionali - tale attività è obbligatoria al fine della convocazione all'attività federale centrale
- Raduno Nazionale

**RADUNI NAZIONALI**

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
24 - 26 Aprile	Pozzuoli (NA)	Max 12 + tecnico
17 - 19 Luglio	Da definire	Max 12 + tecnico
25 - 30 Agosto	Da definire	Max 10 + tecnico

**ATTIVITÀ INTERNAZIONALE**

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
26 - 28 Giugno	I <sup>a</sup> Tappa ECA Cup - Mechelen (BEL)	(una squadra)
24 - 27 Luglio	II <sup>a</sup> Tappa ECA Cup - Essen (GER)	(una squadra)
5 - 13 Settembre	Campionati del Mondo - Roma	(una squadra)

**6. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE UNDER 21 FEMMINILE****ATTIVITÀ NAZIONALE**

L'attività della squadra nazionale Under 21 femminile è divisa in 2 fasi:

- Test presso i Comitati regionali - tale attività è obbligatoria al fine della convocazione all'attività federale centrale
- Raduni Federali

**RADUNI NAZIONALI**

DATE	LOCALITÀ	ATLETE DA CONVOCARE
30 Gennaio – 2 Febbraio	Catania	Max 10 + tecnico
29 Febbraio – 1 Marzo	Roma	Max 10 + tecnico
Aprile	Catania	Max 10 + tecnico
22 – 23 Luglio	Da definire	
25 – 30 Agosto	Da definire	

**ATTIVITÀ INTERNAZIONALE**

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
26 - 28 Giugno	I <sup>a</sup> Tappa ECA Cup - Mechelen (BEL)	(una squadra)
24 - 27 Luglio	II <sup>a</sup> Tappa ECA Cup - Essen (GER)	(una squadra)
5 - 13 Settembre	Campionati del Mondo - Roma	(una squadra)

**7. ATTIVITA' SQUADRA NAZIONALE UNDER 18 MASCHILE****ATTIVITÀ NAZIONALE**

L'attività della squadra nazionale Under 18 è divisa in tre fasi:

- Test presso i Comitati regionali - tale attività è obbligatoria al fine della convocazione all'attività federale centrale
- Raduno Territoriale di due giorni
- Raduno Centrale - riservato agli atleti selezionati durante le attività Territoriali

**RADUNI TERRITORIALI**

DATE	LOCALITÀ
25 – 26 Gennaio	Catania
8 – 9 Febbraio	Da definire (Centro Sud)
22 - 23 Febbraio	Da definire (Centro Nord)



**RADUNI NAZIONALI**

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
Maggio	Da definire	
Luglio	Da definire	

**ATTIVITÀ INTERNAZIONALE**

DATE	LOCALITÀ	ATLETI DA CONVOCARE
26 - 28 Giugno	I^ Tappa ECA Cup - Mechelen (BEL)	(una squadra)

**Nota:**

Nelle singole convocazioni saranno stabilite le modalità di rimborso relative al viaggio, al vitto e all'alloggio.