



International Canoe-slalom Center Ivrea, 13-14 febbraio 2016

Programmazione

Il programma generale per le date del **13 e 14 febbraio a Ivrea** è il seguente:

Sabato 13:

- Ore 9.30: Ritrovo
- Ore 10.00: 1° Allenamento
- Ore 12.30: Pranzo
- Ore 15.00: 2° Allenamento
- Ore 17.30: Analisi video

Domenica 14:

- Ore 9.30: Ritrovo
- Ore 10.00: 3° Allenamento
- Ore 12.30: Pranzo
- Ore 14.30: 4° allenamento
- Ore 16.30: Congedo

I gruppi di lavoro saranno divisi in:

- Gruppo A: atleti in grado di scendere l'intero canale con sicurezza
- Gruppo B: atleti in grado di scendere la prima parte del canale con sicurezza
- Gruppo C: atleti alle prime esperienze in fiume e/o non ancora in grado di compiere un eskimo con sicurezza. Il lavoro verrà svolto nelle altre zone del fiume con corrente e porte da slalom

N.B: Si precisa che le società, al momento dell'iscrizione, dovranno comunicare in quale gruppo iscrivere i propri atleti, e in particolare per gli iscritti al gruppo C, definire indicativamente per ognuno di loro su quali punti ritengono di dover lavorare.



Verifiche

Ogni incontro del Centro di Specializzazione sarà motivo di confronto tra gli atleti.

Attraverso l'ausilio dei tempi e delle riprese video ogni atleta potrà verificare costantemente il proprio lavoro e discutere con i tecnici dove e come migliorare le proprie prestazioni.

Inoltre lo scambio di esperienze e vedute, il confronto fra i responsabili delle società presenti, e proposte di miglioramento per ogni singolo atleta, offriranno ulteriori possibilità di crescita per incrementare la qualità del lavoro dei propri atleti anche e soprattutto nelle società di appartenenza.

Le società interessate, attraverso l'iscrizione alle giornate di lavoro, dovranno confermare la loro presenza con il numero degli atleti partecipanti a entrambi i seguenti indirizzi: francesco720@tiscali.it (Francesco Bellini) e ivreacanoaclub@fastwebnet.it entro 3 giorni prima dell'inizio dell'attività, al fine di poter organizzare al meglio l'utilizzo degli impianti, la suddivisione dei gruppi e le convocazioni dei tecnici.

Per prenotazioni presso l'ostello si rimanda al sito www.ostelloivrea.it