



Roma, 7 ottobre 2015

Prot.3176/ST/RO

Alle Società affiliate
Ai Responsabili dei Centri di Riferimento CRTT
Agli Allenatori
Ai Formatori
Ai Comitati/Delegati Regionali
Al Consiglio Federale
Loro Sedi

CIRCOLARE n.80/15

Oggetto: Settore Velocità - Attività Invernale dei CRTT – Test, Visite e richiesta visite dei Tecnici Federali.

Facendo seguito alla Circolare n.79/15, su indicazione della Direzione Tecnica Settore Velocità, vengono precisate le attività invernali collegate al programma delle squadre nazionali da svolgere presso i Centri di Riferimento Tecnico Territoriale (CRTT).

Il programma che segue costituisce quella parte di azioni fondamentali che i CRTT dovranno sviluppare nel periodo preparatorio presso le proprie sedi o in altre località/società del territorio eventualmente individuate dai Responsabili dei CRTT. Ogni Responsabile, terminata la sessione di test e/o altre attività significative dovrà comunicare i risultati al Settore Tecnico, che provvederà alla pubblicazione sul sito federale.

Di seguito viene riportato il calendario dei test periodici territoriali e la tipologia stabilita.

Date entro le quali devono essere svolte le prove

- Periodo Ottobre - Novembre: entro il 1 novembre 2015;
- Periodo Novembre - Dicembre: test entro il 6 Dicembre 2015;
- Periodo Dicembre - Gennaio: test entro il 24 gennaio 2016.

Test e modalità di esecuzione e valutazione

- **Barca (K1/C1) 2x200 massimali -distanziati di almeno 30'- con rilevamento del numero di colpi;**
- **Barca (K1/C1) 1x2000 massimale (1000 m + 1000 m con virata);**
- **Tirate sotto panca (1 RM);**
- **5000 m di corsa piana.**

Con lo scopo di ridurre la tempistica di svolgimento, favorire l'operatività delle attività specifiche e il confronto tra i tecnici, anche per dare spazio ad eventuali seminari di aggiornamento o formazione, **i test a secco (Tirate e Corsa) potranno essere svolti autonomamente dalle società, presso le rispettive sedi, prima delle date indicate.** Sarà cura degli allenatori societari comunicare i risultati al responsabile del CRTT, che provvederà a trasmetterli in Federazione (Settore Tecnico), unitamente a quelli delle prove in barca.



I migliori atleti delle categorie unificate Ragazzi/Junior e gli Under 23 di particolare interesse, individuati attraverso le prime 2 prove territoriali, verranno convocati ai Raduni Nazionali Under 23 e Junior in programma dal 20 al 23/12 (Under M/F), dal 26 al 30/12 (Junior Kayak F. e Canadesi) e dal 2 al 6/1/2016 (Junior Kayak M.).

Facendo riferimento alla sottostante tabella indicativa dei tempi calcolati per la categoria Juniores, la quale con le dovute comparazioni include anche i Ragazzi, i Responsabili dei CRTT, segnaleranno i nominativi degli atleti Junior/Ragazzi e Under 23 (compresi tutti nel foglio excel dei risultati con le indicazioni tecniche richieste e i dati anagrafici) da proporre per una convocazione ai suddetti raduni nazionali Juniores e Under 23.

Tabella dei tempi a 22°C di temperatura dell'acqua

Categoria	200 m.	2000 m.
Kayak Maschile	38''	8'25''
Canadese Maschile	43''	9'25''
Kayak Donne	44''	9'30''
Canadese Donne	55''	- -

N.B.:

- nei 200 m, incremento di un decimo di secondo per ogni grado di temperatura inferiore a 22°
- nei 2000 m, di un secondo per ogni grado di temperatura inferiore ai 22°.

Con lo scopo di garantire una sempre maggiore collaborazione e continuità tra le attività societarie e quelle federali, di seguito viene comunicato un calendario disponibile per le visite dei Tecnici Federali presso i CRTT e/o le società

- 16 - 18 ottobre - Kayak Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto);
- 29 ottobre - 1 novembre - Kayak e Canadese Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto, Giuseppe Buonfiglio e Antonio Cannone);
- 12 - 15 novembre - Kayak Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto);
- 19 - 22 novembre - Kayak e Canoa Canadese Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto e Collaboratore Tecnico federale della Canadese);
- 26 - 29 novembre - Kayak e Canoa Canadese Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto-Giuseppe Buonfiglio-Antonio Cannone);
- 10 -13 dicembre - Kayak e Canadese Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto e Antonio Cannone o Collaboratore settore Canoa Canadese);
- 21 - 24 gennaio 2016 - Kayak e Canadese Maschile e Femminile (Ezio Caldognetto e Collaboratore Tecnico Canoa Canadese).

La definizione delle sedi e dei giorni verrà definita in base alle richieste pervenute e formulate dai CRTT o dalle società e agli accordi tra i tecnici federali coinvolti e i diversi Responsabili (CRTT e/o Società).

Alle visite svolte sul territorio dagli allenatori federali, dovrà affiancarsi una analoga attività dei Responsabili dei CRTT volta a garantire sul territorio di propria competenza un programma autonomo di visite e supporto.



Come in passato, i Responsabili dei CRTT dovranno anche collaborare alle organizzazioni delle Gare Interregionali Chiuse previste per il 14/02/2016 e il 22/05/2016, infatti gli accorpamenti delle regioni sono gli stessi dei CRTT - Acqua Piatta.

Viene ulteriormente ricordato che tutte le suddette attività potranno essere associate ad iniziative di aggiornamento e formazione sul territorio specificatamente indirizzate ai quadri tecnici. In tal senso, è auspicabile che venga adeguatamente utilizzato il programma di visite concordato con i tecnici Federali. Queste attività, qualora si intenda considerarle ai fini del riconoscimento dei crediti formativi, dovranno essere preventivamente richieste (indicando argomenti ore previste, temi trattati e docenti) e successivamente allo svolgimento documentate con un'apposita relazione finale indicante le ore svolte e l'elenco dei tecnici presenti suddivisi per qualifica, da inviare al Centro Studi Ricerca e Formazione (centro.studi@federcanoa.it).

Cordiali Saluti

Daniela Sebastiani
Segretario Generale

Luciano Buonfiglio
Presidente