



FEDERAZIONE ITALIANA CANOA KAYAK

ATTIVITÀ GIOVANILE SLALOM 2009

PRESENTAZIONE PROGETTO NAZIONALE GIOVANILE

A cura di:

Luciano Buonfiglio

Presidente Federale

Hansjoerg Mayr

Consigliere responsabile del settore

Realizzato dallo staff Tecnico Slalom

Mario Veronesi

Coordinatore settore giovanile

Enrico Gheno

Tecnico Federale settore Nazionale Giovanile

Elena Bargigli

Tecnico Federale settore Nazionale Giovanile

PREMESSA

La canoa fluviale, settore Slalom, è una specialità che porta alla Federazione Italiana Canoa Kayak grande lustro e visibilità essendo specialità olimpica oltre che ottimi risultati.

La canoa Slalom data le grande competizione a livello internazionale ha bisogno di tutte le nostre attenzioni possibili per riuscire a rimanere a grandi livelli internazionali e quale modo migliore ci può essere se non quello di cominciare a lavorare dalla base? Dalle nuove leve? Molti sforzi debbono essere fatti per permettere di avere la giusta attenzione da parte di tutti gli organi federali, dalle società sportive per la ricerca e la promozione del talento.

Per questo motivo ho pensato di cercare di trasmettere alle società sportive un "Programma di Apprendimento Giovanile" rivolto alle categorie giovanili.

Di conseguenza ho cercato tecnici che possano in futuro collaborare con la FICK, a cui trasmettere la passione per questo progetto, con l'obiettivo di creare basi comuni di lavoro per alimentare il serbatoio degli atleti giovani e quindi di investire maggiormente nell'attività giovanile per garantire un futuro ad alto livello.

I giovani devono essere continuamente stimolati e motivati; il Programma Apprendimento Giovanile, attraverso il coinvolgimento delle società sportive e attraverso la formazione dei loro allenatori ci permetterà di lavorare nello stesso modo in tutta Italia con l'obiettivo di far crescere i nostri giovani atleti secondo i fondamenti comuni dell'educazione allo sport, del sacrificio e della dedizione ed arrivare entro qualche anno a formare atleti di elevate qualità umane e sportive. Questo Progetto, che sarà portato avanti dalla Commissione Tecnica del settore Slalom, ed in particolare da due nuovi tecnici federali, Elena Bargigli e Enrico Gheno, si svilupperà attraverso gare nazionali di selezione e raduni collegiali in cui creeremo un gruppo affiatato di giovani atleti che con i loro allenatori di Società incominceranno questo percorso. Successivamente, saranno i nostri Tecnici Federali a muoversi verso le Società Sportive per favorire il feedback e per coinvolgere tutti gli atleti delle diverse Società Sportive e quindi attraverso uno scambio di sensazioni, opinioni, esperienze e pensieri, favorire nei giovani atleti attenzione e consapevolezza del percorso che stanno facendo insieme alla FICK. Prima di presentare il progetto, è mia volontà ringraziare il Presidente Fick, Luciano Buonfiglio per aver appoggiato fin dal principio l'idea di questo progetto con entusiasmo e la Commissione Tecnica del Settore Slalom, nella persona di Mario Veronesi che con i nuovi responsabili del Settore Giovanile Elena Bargigli ed Enrico Gheno hanno contribuito a costruire questo progetto con un lavoro di squadra. Lavoro che è stato creato con un concerto di confronti e dibattiti costruttivi, alimentato dalla passione e dalla competenza che tutti questi tecnici hanno nei confronti dello Slalom.

Hansjörg Mayr

Consigliere Federale

Responsabile settore giovanile slalom

COORDINATE PROGETTO

1) Coordinate di tipo culturale

a) La dimensione culturale. La dimensione culturale delle attività sportive canoistiche affonda le sue radici nella storia e nell'evoluzione dell'uomo e delle civiltà.

La canoa è stato il primo mezzo di trasporto sull'acqua e ancora oggi è utilizzato da alcune popolazioni quale strumento di vita e di lavoro.

b) La dimensione sociale ed ambientale . Lo sport della canoa riporta l'uomo moderno in questo ambiente naturale . È oggi evidente il grande valore ecologico, ambientale ma anche sociale che questo sport assume. I ragazzi che vanno in canoa, sui fiumi, sui laghi, sul mare diventeranno inevitabilmente i tutori dell' ambiente del domani.

c) La dimensione educativa. Gli aspetti educativi dello sport canoistico si possono considerare su diversi piani. Su quello motorio si ha un forte coinvolgimento delle capacità condizionali.

Inoltre, vengono sollecitate alcune importanti capacità coordinative quali equilibrio, senso del ritmo, anticipazione motoria.

Sul piano cognitivo la pratica di questo sport consente un notevole ampliamento delle conoscenze sia teoriche, sia pratiche per quanto riguarda organizzazione e strutturazione delle sequenze motorie.

Inoltre, sul piano emotivo, la pratica di questa disciplina offre momenti e situazioni di controllo e gestione delle proprie azioni ed emozioni anche in relazione all'ambiente, ai compagni di squadra, agli avversari.

2) Coordinate tecnico-metodologiche

a) Aspetti tecnici

Si ritiene quindi opportuno che i soggetti interessati, a seconda della diversa età, vengano a contatto con le varie specialità del nostro sport che tradotte in termini di impostazione metodologica didattica utilizzano vari tipi di attrezzature.

Le modalità di avvicinamento con le diverse specialità canoistiche sono perfettamente in linea con i più moderni principi di metodologia sportiva circa la multilateralità ed un approccio iniziale non specialistico.

b) Aspetti metodologici e didattici

L'impostazione generale che questo progetto prevede è modulata a seconda della fascia di età. Si abbandona così definitivamente una metodologia addestrativa per costruire l'apprendimento attraverso la scoperta attiva delle componenti dell'attività stessa: dal fare al sapere.

Il futuro Campione Olimpico di Londra 2012 è un atleta già in piena attività ed il Campione Olimpico 2016 sta sicuramente già pagaiando, il Campione per il 2020 ?... a tutti questi soggetti bisogna garantire una progressione e le giuste opportunità sportive, didattiche ed educative.

Uno degli obiettivi sarà quello di coinvolgere le società presenti sul territorio, facendo loro parte del progetto, che proponga ad atleti con determinate caratteristiche tecniche e forti motivazioni una direzione comune con la possibilità di continui confronti costruttivi.

OBIETTIVI DIDATTICI

Offrire ai giovani un percorso tecnico didattico che permetta loro di raggiungere il più alto livello tecnico e le maggiori capacità esecutive mantenendo sempre vivo il piacere per la

pratica sportiva in acqua mosca.

OBIETTIVI ORGANIZZATIVI

Individuare i diversi livelli d'intervento ed i soggetti attivi rispetto alle fasi evolutive. Fornire gli strumenti cognitivi e didattici indispensabili ai singoli attori delle diverse fasi formative. Individuare, produrre e distribuire i necessari supporti didattici (elaborati scritti, video, etc).

OBIETTIVI MOTORI

Il punto chiave per lo sviluppo delle capacità d'apprendimento si colloca fra i 7 ed i 12 anni, nelle fasi successive sviluppare queste capacità sarà più difficile. Coordinazione, equilibrio, reattività sensoriale ed organizzazione spaziale, sono capacità da sviluppare molto presto (e comunque prima dei 12 – 13 anni), indipendentemente dalla disciplina sportiva praticata.

La reattività agli stimoli visivo/uditivi è importante in rapporto all'ambiente della pratica sportiva: l'abitudine al rumore del fiume, il colpo d'occhio, vanno allenati presto e con continuità.

OBIETTIVI CONDIZIONALI

Le capacità fondamentali sono l'elasticità, la resistenza, la forza. L'elasticità si allena molto presto, viene acquisita alla nascita e diminuisce nel corso della crescita.

La resistenza si allena relativamente presto, dopo i 19 – 20 anni è già troppo tardi. Si potrà allenare la resistenza sia in canoa che in attività alternative (corsa, bicicletta, sci di fondo)

Per tutto ciò che riguarda la forza, si può allenare in modo ludico con carichi naturali a partire dai 14 anni. Nel lavoro con i sovraccarichi, negli esercizi proposti, bisognerà far sempre attenzione al rapporto peso/potenza.

E' soprattutto a 18 – 19 – 20 anni che si è più maturi per sopportare carichi di lavoro importanti.

OBIETTIVI PEDAGOGICI

La capacità di organizzare e gestire il proprio tempo; la motivazione, la competitività e l'igiene personale sono aspetti fondamentali. L'igiene di vita si apprende in famiglia ed in piccola parte a scuola, si tratta di un lavoro quotidiano che deve essere iniziato molto presto e deve far parte dell'evoluzione del giovane.

La famiglia, la scuola.

Dai 5 ai 10 – 11 anni la famiglia e la scuola sono i principali attori dell'educazione e della formazione dei giovani. Principi, modelli ed abitudini sono loro diretta espressione ed anche le scelte ludico – sportive sono determinate all'interno di questi ambienti.

Il Club

Dagli 8 ai 15 anni le società sportive ricoprono il ruolo prevalente nella formazione sportiva dei giovani.

In questa fascia d'età è fondamentale indirizzare la formazione dei giovani allo sviluppo della capacità di apprendere, della multilateralità e della interdisciplinarietà. Si devono stimolare l'approfondimento ed il perfezionamento dei fondamentali tecnici ma anche lo sviluppo del piacere per la navigazione.

Da ciò ne deriva la necessità di proporre in società il contatto con le diverse situazioni (acqua mossa, acqua piatta, kayak, canadese) ma anche con le diverse forme di abilità (gara, gioco, equilibrio).

In questo periodo si colloca anche l'inizio dello sviluppo atletico che dovrà fare da precursore al lavoro dei livelli superiori; la metodicità e le capacità acquisite in questa fase permetteranno di aumentare rapidamente i volumi di lavoro e di evoluzione tecnica nelle fasi successive.

Il periodo fra gli 11 ed i 16 anni è da considerare fondamentale: il lavoro svolto in questo

periodo sarebbe difficilmente recuperabile successivamente; ogni stimolo deve essere proposto nel giusto periodo (o addirittura anticipare leggermente: stimolare) in relazione alla reale disponibilità individuale (maturazione sportiva e psicologica, lavoro personalizzato) piuttosto che alla semplice età anagrafica.

Da quanto esposto risulta evidente l'importanza della formazione degli Istruttori, degli Allenatori di Club e dei Tecnici Regionali di Riferimento. Tutti questi attori della formazione giovanile dovranno presentare una proposta coordinata ed omogenea.

Le strutture federali (centri di riferimento, poli di specializzazione, stage di formazione, squadre nazionali)

Nelle future categorie (junior e senior) le tappe che attendono i giovani più dotati sono molteplici e sempre più impegnative, dalle squadre Junior, Under 23, fino all'Elite.

Il lavoro iniziato nella fase precedente farà da trampolino di lancio e, nell'insieme (condizionale, tecnico, tattico, psicologico) deve preparare il passaggio attraverso queste categorie (Junior e Senior) caratterizzate da importanti volumi di lavoro e da notevoli esigenze tecniche e psicologiche.

DESCRIZIONE del PROGETTO

L'attività si svilupperà nel seguente modo:

a) 2 Stage da 5 giorni per categorie ALLIEVI, CADETTI e RAGAZZI (maschili e femminili)

b) 2 Gare internazionali per categorie CADETTI e RAGAZZI (maschili e femminili)

I due stage si svolgeranno a Valstagna, mentre le Gare Internazionali saranno a Tacen – Lubijana (SLO) ed a Klagenfurt (AUT).

a) Destinatari del progetto. La squadra sarà indicativamente composta da:

- K1/C1/ C2 Ragazzi
- K1 Cadetti
- K1 Ragazze
- K1 cadette
- K1 allievi
- K1 allieve

Criteria di selezione ragazzi/e, cadetti/e, allievi/e per partecipazione stage estivi

Allievi: le migliori tre individualità, sia maschili che femminili, che si metteranno in mostra nel corso delle gare nazionali ed interregionali, nel caso vengano considerati di livello tecnico sufficiente all'attività ed ai percorsi previsti, verranno invitate a partecipare agli stage estivi.

Cadetti:

Per gli stage estivi verranno selezionati 5 cadetti categoria maschile e 5 cadetti categoria femminile nel caso vengano considerate di livello tecnico sufficiente all'attività ed ai percorsi previsti.

Attribuzione di punteggi (sulla base dei punti federali attribuiti alla categoria ragazzi) nelle gare nazionali ed interregionali.

Somma dei punti ottenuti nelle 3 migliori gare Nazionali ed 1 Interregionale.

Vengono inseriti nelle selezioni i cadetti che ottengono le migliori somme/punti.

In caso di parità valgono i risultati degli scontri diretti, in caso di ulteriore parità valgono i punti complessivi conquistati (calcolati su tutte le gare disputate dai singoli atleti)

Ragazzi:

Per gli stage estivi verranno selezionati 5 ragazzi categoria maschile e 5 ragazze categoria femminile nel caso vengano considerate di livello tecnico sufficiente all'attività ed ai percorsi previsti.

Sistema di conteggio dei punti:

Attribuzione di punteggi (sulla base dei punti federali attribuiti alla categoria ragazzi) nelle gare nazionali ed interregionali.

Somma dei punti ottenuti nelle 3 migliori gare Nazionali ed 1 Interregionale.

Attribuzione di punteggio crescente dal 1° all'ultimo della classifica così ottenuta.

- 1° = 0 punti
- 2° = 2 punti
- 3° = 3 punti
- 4° = 4 punti
- 5° = 5 punti

STAGE VALSTAGNA 24-28 Giugno e 19 – 23 Luglio

La scelta di svolgere gli Stage a Valstagna è dovuta a molteplici fattori sia logistici che tecnici. Il fiume Brenta per la sua struttura idrogeologica da la possibilità di lavorare al meglio con tutte le categorie, inoltre il campo slalom, affrontabile da tutti, è sempre ben attrezzato e presenta difficoltà adatte per portare avanti la crescita canoistica dei ragazzi.

In acqua verranno formati dei gruppi sulla base delle capacità tecniche dei canoisti, in modo da effettuare delle sedute di allenamento specifiche per ogni livello.

Per i più grandi, che già affrontano gare di rilievo e portano avanti una preparazione programmata, sarà ovviamente sfruttato al massimo il campo slalom, puntando sul miglioramento tecnico e di impostazione di gara. Per i più giovani le sedute si avvicineranno sempre di più al gioco, per esempio cambiando imbarcazione, discesa e canadesi, o ancora prove di acquaticità, di equilibrio, nuoto in fiume, eskimi al lago. Imparare divertendosi in sicurezza deve essere il motto di questi raduni, i ragazzi devono essere stimolati ad impegnarsi con esperienze divertenti e allo stesso tempo costruttive. I ragazzi devono sentirsi a loro agio in un raduno con 30-35 partecipanti e della durata di 5-6 giorni.

Dobbiamo offrire ai giovani un percorso tecnico didattico che permetta loro di raggiungere il più alto livello tecnico e le maggiori capacità esecutive mantenendo sempre vivo il piacere per la pratica sportiva in acqua mosca.

Attraverso il progetto si intendono raggiungere le seguenti finalità agonistiche:

1. arrivare ad avere atleti juniores che si confrontano a livello nazionale per ottenere migliori risultati, e maggiore competitività.
2. sviluppare i settori femminile e canadesi .

L'attività durante gli stage sarà impostata in coerenza con le diverse fasi evolutive:

Allievi

- La vita di gruppo, il rispetto degli orari, il rispetto dei compiti e dei ruoli.
- esercizi coordinativi, giochi di equilibrio e stabilità, esecuzione di esercizi coordinativi in acqua mosca.
- presentazione ed applicazione dei principali fondamentali tecnici (propulsione in avanti, propulsione in retro, colpo circolare in avanti, frenata, frenata circolare, richiamo laterale, aggancio, etc.)
- analisi con i ragazzi delle variabili conosciute ai fondamentali presentati,
- presentazione ed esecuzione dei fondamentali in acqua mosca: procedere in avanti sulla corrente; l'onda (attacco, posizione del corpo); entrata in morta, uscita dalla morta; il traghetto; il cambio di direzione in corrente; giochi coordinativi ed acuità.
- Per tutti (maschi e femmine) la canoa canadese, il kayak, il C2, la pagaia.
- l'acqua ed i suoi comportamenti: analisi visiva e, quando le condizioni climatiche lo permettono, nuoto in rapida.

Cadetti

- La vita di gruppo, il rispetto degli orari, il rispetto dei compiti e dei ruoli.
- esercizi coordinativi, giochi di equilibrio e stabilità, esecuzione di esercizi coordinativi in acqua mosca.
- presentazione ed applicazione dei principali fondamentali tecnici (propulsione in avanti, propulsione in retro, colpo circolare in avanti, frenata, frenata circolare, richiamo laterale, aggancio, etc.)

- analisi con i ragazzi delle variabili conosciute ai fondamentali presentati,
- presentazione ed esecuzione dei fondamentali in acqua mosca: procedere in avanti sulla corrente; l'onda (attacco, posizione del corpo); entrata in morta, uscita dalla morta; il traghetto; il cambio di direzione in corrente; giochi coordinativi ed acquticità.
- Per tutti (maschi e femmine) la canoa canadese, il kayak, il C2, la pagaia.
- l'acqua ed i suoi comportamenti: analisi visiva e, quando le condizioni climatiche lo permettono, nuoto in rapida.
- Miglioramento della consapevolezza
- Percorsi frazionati finalizzati al miglioramenti di singoli fondamentali.
- Introduzione del concetto di "progetto di gara"
- Introduzione del concetto di analisi del feedback e confronto fra progetto, attuazione e realizzazione reale.
- Gara a squadre.
- Analisi e verbalizzazione con il tecnico.

Ragazzi

- La vita di gruppo, il rispetto degli orari, il rispetto dei compiti e dei ruoli.
- esercizi coordinativi, giochi di equilibrio e stabilità, esecuzione di esercizi coordinativi in acqua mosca.
- presentazione ed applicazione dei principali fondamentali tecnici (propulsione in avanti, propulsione in retro, colpo circolare in avanti, frenata, frenata circolare, richiamo laterale, aggancio, etc.)

- analisi con i ragazzi delle variabili conosciute ai fondamentali presentati,
- presentazione ed esecuzione dei fondamentali in acqua mossa: procedere in avanti sulla corrente; l'onda (attacco, posizione del corpo); entrata in morta, uscita dalla morta; il traghetto; il cambio di direzione in corrente; giochi coordinativi ed acquticità.
- Per tutti (maschi e femmine) la canoa canadese, il kayak, il C2, la pagaia.
- l'acqua ed i suoi comportamenti: analisi visiva e, quando le condizioni climatiche lo permettono, nuoto in rapida.
- Miglioramento della consapevolezza
- Percorsi frazionati finalizzati al miglioramenti di singoli fondamentali.
- Introduzione del concetto di "progetto di gara"
- Introduzione del concetto di analisi del feedback e confronto fra progetto, attuazione e realizzazione reale.
- Gara a squadre.
- Analisi e verbalizzazione con il tecnico.
- Uso delle diverse tipologie di lavoro (in barca ed a secco) finalizzate al miglioramento di specifiche capacità condizionali.
- La gara: analisi del percorso, il progetto di gara (tattica e soluzioni tecniche)
- La concentrazione, la visualizzazione, la consapevolezza

Per tutte le categorie

- La sicurezza in fiume
- L'alimentazione (uso ed abuso nell'alimentazione)

- L'abbigliamento
- L'igiene personale (il sonno, la sveglia, gli orari, l'organizzazione personale).

I programmi dei raduni giovanili che seguono, sono un'indicazione di massima di quello che vorremo mettere in atto avendo una selezione di allievi, cadetti e ragazzi sia maschile che femminile.

I ragazzi verranno suddivisi in gruppi omogenei per capacità tecniche e fisiologiche. La suddivisione in gruppi differenti nasce dalla necessità di poter seguire al meglio ogni singolo atleta partecipante al raduno e di fornire standard di sicurezza tramite la convocazione di ulteriori collaboratori tecnici. Inoltre saranno fornite adeguate informazioni sul lavoro che si sta svolgendo ai tecnici societari al seguito.

PROPOSTA INDICATIVA di ATTIVITA' SETTIMANALE :

24/06/09 – 19/07/09

Pomeriggio

Primo impatto: Analisi dei livelli e divisione in gruppi di 5/6 atleti a seconda delle capacità tecniche e fisiche

25/06/09 - 20/07/09

10' corsa + esercizi di allungamento e coordinazione

Mattina

Gruppo A: acquaticità e tecnica di base con utilizzo di porte facili

Gruppo B: porte facili con obiettivo tecnico (es. risalite o dritte o retro)

Gruppo C: porte facili con combinazioni

Gruppo D: tecnica percorsi corti (es. 5 x 5)

Pomeriggio

Gruppo A: acquaticità e tecnica di base con utilizzo di porte facili

Gruppo B: porte facili con obiettivo tecnico (es. risalite o dritte o retro) con obiettivo differente dal mattino

Gruppo C: porte facili con combinazioni

Gruppo D: tecnica percorsi da 60"

26/06/09 – 21/07/09

10' corsa + esercizi di allungamento e coordinazione

Mattina

Gruppo A: percorsi facili su prima o ultima parte campo slalom

Gruppo B: porte con combinazioni

Gruppo C: tecnica a scendere

Gruppo D: Percorsi interi divisi in 2 – 3

*Pomeriggio***Riposo attivo****Giochi d' acqua con prove C1/C2 e discesa**27/06/09 - 22/07/09**10' corsa + esercizi di allungamento e coordinazione***Mattina***Gruppo A: porte con combinazioni****Gruppo B: tecnica a scendere****Gruppo C: Percorsi divisi in 2 – 3****Gruppo D: Percorsi interi***Pomeriggio***Gruppo A: tecnica a scendere****Gruppo B: Percorsi interi divisi 3 / 4****Gruppo C: Tecnica su combinazioni difficili****Gruppo D: Tecnica su difficoltà percorsi interi**28/06/09 - 23/07/09**10' corsa + esercizi di allungamento e coordinazione***Mattina***Tutti : Percorso tipo gara (facile)***Pomeriggio***Tutti tecnica su difficoltà percorso gara****Tutti i giorni: Utilizzo VIDEO e analisi**

Proposte per attività didattica serale:

- Video manifestazioni internazionali (CdM, Europei, Mondiali, Olimpiadi)
- Video ed analisi delle situazioni tecniche specifiche dello slalom
- Esercizi di prevenzione delle patologie dei canoisti con ESPERTO/A del settore
- Racconti di vita da ATLETA con atleta di VERTICE INTERNAZIONALE
- Conferenza su igiene, alimentazione e sull'abbigliamento del canoista con ESPERTO/A del settore

Selezione della rappresentativa che parteciperà alle gare internazionali di Tacen e Klagenfurt

Al fine di avviare e far crescere l'esperienza in manifestazioni internazionali la Commissione Tecnica Slalom selezionerà una rappresentativa giovanile (Ragazzi/e, Cadetti/e) che parteciperà alle gare internazionali Teen Cup 2009 il 10 – 16 agosto a Tacen (SLO), Alpen-Adria Cup 2008 il 27 settembre a Klagenfurt (AUT).

Composizione della squadra:

squadra composta da:

3 K1 Ragazzi.

3 K1 Cadetti.

1 C1 Ragazzi. (+ 2 se entro il 15% dal 1° k1 ai C.I.R.)

1 C2 Ragazzi. (+ 2 se entro il 20% dal 1° k1 ai C.I.R.)

1 K1 Ragazze (+2 se entro il 18% dal 1° k1 ai C.I.R.),

1 K1 cadette (o + se le individualità emerse lo rendono utile).

Sono da considerare non inseribili nella rappresentativa Speranze gli atleti della categoria Ragazzi che saranno selezionati per altre rappresentative nazionali ed in tale veste parteciperanno a competizioni internazionali (Junior, Senior).

L'eventuale allargamento delle squadre rispetto ai numeri, alle percentuali ed alle categorie indicati, visti i risultati e le individualità emergenti potranno essere proposti dai tecnici responsabili al consiglio federale.

Cadetti:

Attribuzione di punteggi (sulla base dei punti federali attribuiti alla categoria ragazzi) nelle gare nazionali ed interregionali.

Somma dei punti ottenuti nelle 4 migliori gare Nazionali ed 1 Interregionale (3 nazionali ed 1 interregionale per gli stage e Tacen).

Vengono inseriti nelle selezioni i cadetti che ottengono le migliori somme/punti.

In caso di parità valgono i risultati degli scontri diretti, in caso di ulteriore parità valgono i

punti complessivi conquistati (calcolati su tutte le gare disputate dai singoli atleti)

Ragazzi: (totale 1 gara di Campionato Italiano, 8 gare Nazionali, 3 gare interregionali)

50% di peso alla classifica a punti delle gare nazionali ed interregionali.

50% di peso al piazzamento ai campionati Italiani Ragazzi.

Attribuzione di punteggi (sulla base dei punti federali attribuiti alla categoria ragazzi) nelle gare nazionali ed interregionali.

Sistema di conteggio dei punti:

- Somma dei punti ottenuti nelle 3 migliori gare Nazionali ed 1 interregionale (2 nazionali ed 1 interregionale per gli stage e Tacen).

Attribuzione di punteggio crescente dal 1° all'ultimo della classifica così ottenuta.

- 1° = 0 punti
- 2° = 2 punti
- 3° = 3 punti
- 4° = 4 punti

- In base alla classifica di Campionato Italiano Ragazzi

- 1° = 0 punti
- 2° = 2 punti
- 3° = 3 punti
- 4° = 4 punti

.

- La **classifica finale** viene calcolata sulla base della somma dei punti crescenti attribuiti nelle due classifiche prese in considerazione (il primo sarà l'atleta con il punteggio inferiore). In caso di parità fra uno o più atleti farà fede il miglior piazzamento ai Campionati Italiani.