



C.R. LOMBARDIA
Federazione Italiana Canoa Kayak

Circolare 04/2025/MA

Alle Società Affiliate Lombardia

Al Consigliere Nazionale Alessandro Rognone

Milano, 03 febbraio 2025

OGGETTO: TRAINING 2025 - SETTORE DISCESA

Nell'intento programmatico di intensificare l'attività dei settori Discesa, anche quest'anno il Comitato Regionale organizza 4 sessioni di Training dedicati agli atleti delle categorie Cadetti B, Ragazzi e Junior e si svolgeranno presso le Società ospitanti con la durata di una sola giornata ogni sessione.

A differenza delle scorse sessioni quest'anno potranno partecipare ai Training tutti gli atleti, regolarmente tesserati FICK, accompagnati da almeno 1 o 2 Tecnici societari (2° Liv.), iscrivendosi tramite Form Google, per il quale verrà inviato il link nei giorni precedenti; per ragioni di sicurezza è stato fissato il limite di 20 atleti per sessione.

Le sessioni Training saranno coordinate dal Consigliere Marco Arlati, mentre per le attività di allenamento è prevista l'assistenza di un allenatore federale supportato da sufficienti tecnici fiduciari per l'assistenza in acqua.

Tra gli aspetti rilevati nelle sessioni degli scorsi anni, è stato osservato come l'atleta, nella sua evoluzione agonistica sia costretto a confrontarsi con coetanei che hanno a disposizione un ambiente più diverso e talvolta più consono all'acqua mossa. Questa differenza di preparazione tecnica risulta veramente importante per inserirsi tra i migliori della specialità. Di qui questa iniziativa per incrementare e completare la specifica preparazione tecnica dei giovani atleti.

Obiettivo non secondario è anche quello di stimolare e favorire la collaborazione tra le società della Lombardia, sempre nell'ottica di poter fornire un miglior servizio ai propri ragazzi

Le sessioni avranno la durata di una sola giornata ciascuna ed il programma di massima è il seguente:

Ritrovo ore 9:00 presso la società ospitante

Breve presentazione delle attività previste nella giornata

Allenamento mattutino

Pranzo organizzato dalla società ospitante / Comitato Regionale

Allenamento pomeridiano

Breve resoconto della giornata con termine delle attività alle 16:30 ca.



C.R. LOMBARDIA
Federazione Italiana Canoa Kayak

Responsabile Coordinamento e Supporto Tecnico: Marco Arlati (347.7085886)
Responsabile Tecnico: Luca Cardinali (331.5483123)

Calendario Giornate di Training Discesa Cat. Cb/R/J

- **16 Marzo 2025** **1° Training** c/o Canottieri Adda 1891 Lodi
- **20 Luglio 2025** **2° Training** c/o C.K.C. Cassano d'Adda
- **24 Agosto 2025** **3° Training** c/o KCC Palazzolo S/O
- **21 Settembre 2025** **4° Training** c/o Addavì Sondrio

Resta inteso che il programma di massima potrà subire variazioni (variazioni dei calendari, condizioni meteo, ecc.) ed è bene che gli interessati si tengano in costante contatto con il Responsabile Regionale Discesa.

IL SEGRETARIO

IL PRESIDENTE

Il Segretario
Stefano Cuciniello

Il Presidente
Maurizio Lenuzza