



SPECIALITA':
PROMOZIONALI, FORMULA UGA, FORMULA UISP, LIVELLI, LIBERO CATEGORIA

"CASTEGGIO (PV) – 27/28 GENNAIO 2024"
CENTRO SPORTIVO – Viale Bussolino, 7

ATLETI

DESCRIZIONE DELLE ATTIVITA' PREVISTE

ATTIVITA' IN PISTA

Pista 1 Parquet 36x19 - Pista 2 Parquet 36x18

Durante i turni di lavoro gli atleti affronteranno tematiche relative a:

- pattinaggio di base (camminate, bilanciati ecc., sia all'avanti che all'indietro)
- esercizi volti a migliorare i salti già acquisiti ed indicati nella tabella compilata dai tecnici, all'atto dell'iscrizione
- esercizi eseguiti con o senza pattini, volti a impostare i salti non ancora acquisiti
- trottole indicate nella tabella compilata dai tecnici, all'atto dell'iscrizione
- su richiesta dell'allenatore/accompagnatore degli atleti, potranno essere visionate difficoltà non inserite nel programma di lavoro del gruppo di appartenenza (purché non comprometta il regolare svolgimento della lezione)
- impostazione di brevi coreografie di passi collegati a salti e trottole con e senza l'ausilio della musica. Brevi esempi di realizzazione dei dischi di gara per le diverse specialità.

PALESTRA TENSOSTRUTTURA

- Preparazione Atletica e mobilità articolare (Area 1)
- Preparazione Atletica Specifica (Area 2)
- Salti e trottole a secco. **Salto della corda, steps, scalini e spinner** (Area 3 + Area 4)
- **N.B. Portare Elastici, Corda, Spinner**

DOCENTI PATTINAGGIO, PREPARAZIONE ATLETICA E A SECCO:

MORENA BASSI (EMILIA ROMAGNA): ALLENATRICE FEDERALE – COLLABORATORE STAGES FEDERALI, COMPONENTE COMMISSIONE ARTISTICO NAZIONALE UISP – FORMATRICE NAZIONALE UISP

MASSIMILIANO COTELLI (LOMBARDIA): ALLENATORE FEDERALE, COLLABORATORE STAGES FEDERALI

ANTONELLA CERBAI (TOSCANA): ALLENATRICE FEDERALE – COMPONENTE COMMISSIONI ARTISTICO E FORMAZIONE NAZIONALE UISP – FORMATRICE NAZIONALE UISP

CANDIDA COCCHI (TOSCANA): ALLENATRICE FEDERALE – FORMATRICE NAZIONALE UISP

VERONICA FILIPPINI (EMILIA ROMAGNA): EX ATLETA AZZURRA, ALLENATRICE FEDERALE 3° LIVELLO, PER SINGOLI E COPPIE ARTISTICO

CARLOTTA TURRINI (EMILIA ROMAGNA): EX ATLETA AZZURRA, ALLENATRICE FEDERALE 3° LIVELLO, PER SINGOLI E COPPIE ARTISTICO

ANNA RONDI (EMILIA ROMAGNA): ALLENATRICE FEDERALE 3° LIVELLO - PER SINGOLI, COPPIE ARTISTICO E DANZA

MARCO VEZZOLI (LOMBARDIA): ALLENATORE FEDERALE DANZA E RESPONSABILE TECNICO UISP LOMBARDIA SOLO DANCE E COPPIA DANZA, COMPONENTE COMMISSIONE ARTISTICO NAZIONALE UISP DANCE

ROBERTA PANADA (LOMBARDIA): ALLENATRICE FEDERALE 3° LIVELLO DANZA

ANDREA BIENTINESI (TOSCANA): PREPARATORE ATLETICO SQUADRE NAZIONALI PATTINAGGIO ARTISTICO

ANNA CUDRET (EMILIA ROMAGNA) – ALLENATRICE FEDERALE INTERNAZIONALE DI GINNASTICA RITMICA ED ESTETICA

ATTIVITA' IN SALA DANZA/PARQUET

Elementi di danza, musicalità, coreografia

CAROLINE HAENEL (COREOGRAFA)

(Sito Web: www.carolinehaenel.com www.mcdanza.it)

COME PREPARARE IL CORPO ATTRAVERSO L'ALLENAMENTO IN PALESTRA CON ATTREZZI. "PATTINAGGIO E PALESTRA ATTREZZATA"

DOCENTE IN SALA: IVAN NASO (PERSONAL TRAINER)

ATTIVITA' PER GENITORI, PARENTI E ASSOCIATI

PISCINA

Ingresso con Tessera da ritirarsi presso la Segreteria Meeting:

Ingresso nuoto libero € 3,00 in convenzione

Orari: Sabato 27 gennaio: dalle 9,30 alle 17,30

Domenica 28 gennaio: dalle 9,30 alle 13,00

SONO ALTRESI' PREVISTE ATTIVITA' E CONFERENZE CHE COINVOLGERANNO GENITORI E ASSOCIATI

ISCRIZIONI

La quota di partecipazione al Roller Meeting è di € 90,00 per ogni atleta incluso un tecnico per ogni Società partecipante con atleti. Ogni ulteriore tecnico potrà accedere a tutte le attività con il versamento di una quota pari ad € 20,00 per le due intere giornate o euro 10,00 per una giornata. Il Bonifico deve essere effettuato dalla Società.

Non è prevista riduzione per gli atleti che frequentassero una sola giornata. Non sono previsti rimborsi per assenze di qualsiasi genere. Le iscrizioni saranno accettate sino ad esaurimento posti.

Le specifiche per il versamento ed i relativi termini saranno indicati con comunicazione a seguire, al termine del periodo utile alle preiscrizioni, insieme ai moduli iscrizione nominativi, nello specifico **dopo l'08/01/2024.**

Le Società interessate sono invitate ad inviare la preiscrizione (non nominativa) utilizzando l'apposito modulo online di cui al **link: <https://forms.gle/T9wTBZAYg2RgMd1m9>**

Entro e non oltre l'8 Gennaio 2024.

In tal modo l'organizzazione potrà predisporre al meglio il raduno.

Per qualsiasi necessità ulteriore il settore pattinaggio è disponibile all'indirizzo e-mail: pattinaggio.lombardia@uisp.it

[N.B. Relativamente all'iscrizione al Corso Aggiornamento Istruttori vedasi specifiche alla notizia pubblicata sul Sito Web UISP Pattinaggio Lombardia](#)

Le attività per Giudici, Segretari, Commissari, Dirigenti sono gratuite.

PROGRAMMA DI MASSIMA

Sabato: 27/01/24

- Ore 7,40 / 7,55 – Ritrovo Accredamenti Atleti, Tecnici
- Ore 8,00 – Inizio Attività
- Pomeriggio – Cerimonia di Apertura (orario specifico a seguire)
- Ore 21,00 – 21,30 Fine Attività

Domenica: 28/01/24

- Ore 7,45 / 7,55 – Ritrovo Atleti, Tecnici
- Ore 8,00 – Inizio Attività
- Ore 19,00 – Fine Attività

Non è prevista la pausa pranzo generale. Gli atleti potranno lasciare il proprio Gruppo (possibilmente al termine della propria rotazione informando il Docente) per il Pranzo/Cena e/o necessario riposo, per poi rientrare nel gruppo di lavoro a propria discrezione, senza alcun obbligo di frequenza continuativa (**Orari Catering 12,00 - 14,30**). Altresì gli atleti potranno sospendere temporaneamente l'attività quando lo desiderano informando il docente

SI CONSIGLIA DI TENERE A DISPOSIZIONE N. 2 SET RUOTE DA LIBERO CON CUSCINETTI INSERITI: TIPO CS 40 – ROLL LINE 47D – PANTHER O FOX PER PISTA 1 E 2 (PARQUET – PIU' SCIVOLOSA LA PISTA 2).

N.B. LE SUDDIVISIONI DEI GRUPPI NOMINATIVE E GLI ORARI PRECISI PER OGNI MATERIA/ROTAZIONE SARANNO SEGNALATI SUL PROGRAMMA DEFINITIVO CHE SARA' INVIATO A SEGUITO DELLE ISCRIZIONI NOMINATIVE

LOGISTICA

Organizzazione Logistica: A.S.D. Roller Dream Pavia, in collaborazione con Movimento Acqua SSD a r.l.

LOCALITA': Casteggio (PV)

Impianto: Centro Sportivo Comunale: Via Bussolino, 7

RUOTE CONSIGLIATE: ROLL LINE 47D, PANTHER, FOX – CS 40 – PISTE IN PARQUET

Hotel Motel Pavia Del Duca

Indirizzo: Via Togliatti, 27051 Cava Manara PV

Telefono: 0382 553695

Albergo 7 Laghi

Strada Provinciale Bressana - Salice, 2, 27040 Castelletto di Branduzzo PV

Telefono:0383 895579

Agriturismo Torrazzetta

Loc. Torrazzetta, 1, 27040 Borgo Priolo PV

Telefono:0383 87104

Le Gronde

Hotel a 4 stelle

Via Togliatti 102, 27051 Cava Manara, Italia

SERVIZIO PRANZI PRESSO IL CENTRO SPORTIVO

TAVOLA FREDDA PRESSO IL BAR DEL CENTRO SPORTIVO

RIFERIMENTI

Responsabile Organizzativo:

Sig. Paolo Ottazzi – Cell. 348 6710270 – e-mail: p.ottazzi@uisp.it

Segreteria del Roller Meeting – ASD ROLLER DREAM PAVIA

Sig.ra Paola Pregno - e-mail: presidenza@rollerdream.org

Milano, 7 gennaio 2024

UISP LOMBARDIA APS
SETTORE PATTINAGGIO
IL RESPONSABILE
Paolo Ottazzi