

Programma corso di Formazione per tecnici/allenatori di Trail Running

1° week end (15 ore)

Sabato 28 ottobre 2017

Ore 09.00 ritrovo

Ore 09.30 inizio lavori

→ *Il contesto generale e le motivazioni di un corso*

Docente Christian Mainini

responsabile regionale S. d. A. atletica

Ore 10.00

→ *La Uisp e la sua Mission associativa*

Docente Manuela Claysset

Presidentessa Consiglio Nazionale Uisp

Ore 13 sospensione

Ore 14.30 ripresa dei lavori

→ *La sicurezza in ambiente naturale (prima parte): dove vado, che tempo farà, come mi attrezzo*

Ore 16.30

→ *La sicurezza in ambiente naturale (seconda parte): il concetto di primo soccorso, gestione delle emergenze, automedicazione in ambiente non protetto, le patologie specifiche*

Docente Marco Tommasi

responsabile regionale per la formazione nel B.L.S.

Ore 18.30 sospensione

Domenica 29 ottobre 2017

Ore 9.30 inizio lavori

→ *Il concetto di sostenibilità nella organizzazione di eventi sportivi in ambiente naturale*

Docente Cesare Buffone - Punto 3

Ore 13.00 sospensione

Ore 14.30 ripresa dei lavori

→ *Elementi base di anatomia*

→ *Traumi e patologie nel TrailRunning*

Docente Dott. Pietro Cavazzini, Kinemovecenter - Parma

Ore 18.00 chiusura

2° week end (15 ore)

Sabato 18 novembre 2017

Ore 09.00 ritrovo

Ore 09.30 inizio lavori

→ Elementi base di teoria e metodologia dell'allenamento
Docente Monica Risaliti
Preparatrice atletica

Ore 13 sospensione

Ore 14.30 ripresa dei lavori

→ Elementi base di teoria e metodologia dell'allenamento
Docente Monica Risaliti
Preparatrice atletica

Ore 18.30 sospensione

Domenica 19 novembre 2017

Ore 9.30 inizio lavori

→Elementi specifici di teoria e metodologia dell'allenamento
Docente Monica Risaliti
Preparatrice atletica

Ore 13.00 sospensione

Ore 14.30 ripresa dei lavori

→Dalla percezione alla comunicazione interpersonale
Docente Massimo Davi
Formazione Nazionale Uisp

Ore 19.00 chiusura

3° week end (15 ore)

Sabato 16 dicembre 2017

Ore 09.00 ritrovo

Ore 09.30 inizio lavori

→ Elementi base di orientamento: cartografia, percorsi, strumenti
Docente Paolo Lambertini
Laureato in S.M ed esperto di orienteering

Ore 13 sospensione

Ore 14.30 ripresa dei lavori

→La base della alimentazione per i singoli, per i gruppi, nelle diverse stagioni
Docente Dott. Fabio Pezzoni

Ore 17.00

→ I materiali da gara e da escursione: fra tradizione e innovazione
Docente Elio Piccoli

Ore 19 sospensione

Domenica 17 dicembre 2017

Ore 9.30 ritrovo

→Uscita con pratica

Ore 13.00 sospensione

Ore 14.30 ripresa dei lavori

→Aspetti giuridici: responsabilità dei tecnici
Docente a cura di ARSEA

Ore 18.00 chiusura