

Bologna, 05 Dicembre 2023

A tutte le società interessate al settore gaf della regione E.Romagna / Loro Sedi  
Ai tecnici del settore gaf / Loro Sedi  
e.p.c.

Al Presidente Regionale UISP E.Romagna / Sig. Balestra Enrico  
Al Responsabile SDA Ginnastiche E.Romagna / Sig. Belluzzi Paolo

**OGGETTO:**  
**CONVOCAZIONE GINNASTI WORKSHOP TECNICO DEL 10/12/2023**

**Sede:** palestra POL MASI, Via Salvador Allende 5 Casalecchio Di Reno (BO)

*MODULISTICA NECESSARIA PER L'ACCETTAZIONE AL WORKSHOP*

- Copia della Tessera Uisp dell'anno in corso 2023 2024
- Copia del Certificato Medico di idoneità all'attività agonistica, in sostituzione scheda nr 1 firmata dal Presidente della Società
- Copia bonifico richiesto per la partecipazione

NOTA BENE:

- a) I ginnasti convocati dovranno arrivare 20' prima dell'orario di inizio allenamento, aver già indossato l'abbigliamento necessario, pronte per iniziare.
- b) I ginnasti dovranno munirsi di scatola con magnesio ad uso personale.
- c) Il tecnico accompagnatore sarà unico responsabile per sé e i propri atleti.

In caso di impossibilità a partecipare alla convocazione si invitano le società ad informare tempestivamente il gruppo di lavoro ([artistica.ginnastiche@uisper.info](mailto:artistica.ginnastiche@uisper.info))

*N.B. Solo i ginnasti e i tecnici auditori in regola con il versamento del contributo potranno partecipare all'allenamento.*

**GINNASTI CONVOCATI:**

<b>SOCIETA'</b>	<b>GINNASTA</b>	<b>CAT. UISP</b>
ONDA BLU ASD APS	Evan Vommaro Mazziotti Flavio Fedeli Giacomo Lorusso Andrea Degli Esposti Danil Aloisio Ferdinando	
SATURNO GUASTALLA	Alfieri Nicola	

**TECNICI ACCREDITATI**
**TECNICI ACCOMPAGNATORI:**

TOLOMELLI MONICA      ONDA BLU  
 RICCO' SARAH          SATURNO GUASTALLA

**TECNICI AUDITORI:**

Si prega di verificare i nominativi convocati, e comunicare tempestivamente eventuali irregolarità  
 ([artistica.ginnastiche@uisper.info](mailto:artistica.ginnastiche@uisper.info))

**PROGRAMMA DELLA GIORNATA:**

<b>TUTOR</b>	<b>ORARIO</b>	<b>ATTREZZI</b>	<b>PROGRAMMA CONVOCAZIONI</b>
Martinini Nicoletta	Dalle ore 10.00 Alle ore 11.00	<b>Riscaldamento</b>	L'importanza di cominciare bene l'allenamento (pf pre atletici, mobilità, elementi base)
	Dalle ore 11.00 Alle ore 12.00	<b>Sbarra</b>	Oscillazioni: tecnica, didattica e assistenza Movimenti in avvicinamento alla sbarra: tecnica didattica e assistenza
	Dalle ore 12.00 Alle ore 13.00	<b>Corpo Libero</b>	Verticale come elemento "basico": tecnica, didattica e assistenza PFS Tenuta del corpo
	Dalle ore 13.00 Alle ore 14.00	<b>Mobilità E Potenziamento</b>	PFG. Circuiti di potenziamento e scioltezza

SDA GINNASTICHE  
 EMILIA ROMAGNA  
 (Il gruppo di lavoro)