

# **Programma corso di Formazione**

## **per accompagnatori di gruppi o tecnici/allenatori di Trail Running**

### **1° week end (16 ore)**

*Sabato 10 febbraio 2018*

*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 Franco Biavati*

*Referente Nazionale Uisp Discipline Orientali*

*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 19.00 sospensione*

*Domenica 11 febbraio 2018*

*Ore 9.00 ritrovo*

*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*

→ *Elementi base di anatomia e traumi/patologie nel TrailRunning*

*Docente Dott. Pietro Cavazzini, Kinemovecenter - Parma*

*Ore 19.00 chiusura*

### **2° week end (15.00 ore)**

*Sabato 17 febbraio 2018*

*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 18 febbraio 2018*

Ore 9.00 ritrovo

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

→ *Elementi base della comunicazione interpersonale*

*Docente Massimo Giovannucci*

*Comunicazione e metodologia dell'insegnamento*

*Formatore Regionale Uisp*

Ore 18.30 chiusura

**3° week end (15 ore)**

*Sabato 24 marzo 2018*

Ore 09.00 ritrovo

Ore 09.30 inizio lavori

→ *Aspetti giuridici: responsabilità dei tecnici*

*Docente a cura di ARSEA*

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 16.30

→ *I materiali da gara e da escursione: fra tradizione e innovazione*

*Docente Elio Piccoli*

Ore 18.30 chiusura

*Domenica 25 marzo 2018*

Ore 9.00 ritrovo

Ore 9.30 inizio lavori

→ *Elementi base di orientamento: cartografia, percorsi, strumenti*

*Docente Paolo Lambertini*

*Laureato in S.M ed esperto di orienteering*

Ore 13.00 sospensione

Ore 14.00 ripresa dei lavori

→ *test di verifica teorico*

Ore 15.00 Uscita con test di verifica pratico

Ore 18.00 chiusura