

Prot. n. 53

Perugia, 2 Dicembre 2018

- **A tutte le Società della Regione**

- **LORO SEDI**

MODIFICATO IL 23/12/2018

Oggetto: Programmazione Collegiale Regionale GR

Il Comitato Regionale Umbria, su richiesta del D.T.R. Laura Bocchini e del R.R.G. Governatori Sara, ha deliberato l'organizzazione di un Collegiale Regionale rivolto a tutti i ginnasti, in regola con il tesseramento, delle sezioni GR.

Il Collegiale Regionale organizzato avrà valenza per l'attribuzione dei crediti necessari per il conseguimento della qualifica di Tecnico Societario e Regionale GR.

Gli incontri si svolgeranno secondo il programma allegato.

Le Società dovranno comunicare al Direttore Tecnico GR e per conoscenza allo scrivente Comitato, nel più breve tempo possibile, le adesioni con relativo anno di nascita e livello agonistico.

Il costo, per ogni singolo incontro, è fissato ad €. 15,00 ad atleta.

Il pagamento dovrà avvenire esclusivamente tramite Bonifico Bancario sul conto intestato al Comitato Regionale Umbria F.G.I. - IBAN: IT 94 W 01005 03001 000000010444 avente come causale **'COLLEGIALE REGIONALE GR – NOME ATLETA'**.

Non saranno ammessi Ginnasti senza il rispettivo Tecnico accompagnatore (regolarmente tesserato).

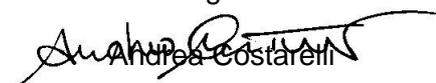
Il Comitato Regionale e la Direzione Tecnica rimangono a completa disposizione per ogni eventuale chiarimento in merito.

Cordiali saluti.

^^^

1 Allegato

Il Segretario


Andrea Costarelli

PROGETTO COLLEGIALI REGIONALI GR 2018/2019
A cura del D.T.R. Laura Bocchini

Staff organizzativo: Belladonna Alice, Pietrangeli Emanuela, Leonardi Alessia, Ricci Giulia

27/12/2018

La preparazione fisica - La preparazione a c.l. e le difficoltà di corpo, con e senza attrezzo.
Elementi di pre-acrobatica

DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 13,00 ginnaste silver LA/LB (nate anni 06/07/08/09)
DALLE ORE 14,00 ALLE ORE 17,00 ginnaste silver LC/ LD/LE

Sede: SPOLETO, SAN MARTINO – Tecnico ALICE BELLADONNA

28/12/2018

La preparazione tecnica con attrezzi

DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 13,00 ginnaste silver LA/LB (nate anni 2006/07/08/09)
DALLE ORE 14,00 ALLE ORE 17,00 ginnaste silver LC/ LD/LE

Sede: SPOLETO, SAN MARTINO – Tecnico GIULIA RICCI

04/01/2019

Componenti artistiche - Musica e movimento - Il lavoro d'insieme

DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 13,00 ginnaste silver LA/LB (nate anni 2006/07/08/09)
DALLE ORE 14,30 ALLE ORE 18,00 ginnaste silver LC/ LD/LE

Sede: TERNI- PALESTRA XX SETTEMBRE – Tecnico: EMANUELA PIETRANGELI

05/01/2019

Preparazione tecnica gold- programmi tecnici - Costruzione esercizi di gara

DALLE ORE 9,30 ALLE ORE 12,30 E DALLE 14,30 ALLE ORE 18,00 Ginnaste GOLD (nate anni 2008/2009/2010/2011)

Sede: TERNI- PALESTRA XX SETTEMBRE – Tecnico: GIULIA RICCI

Nell'ambito della programmazione regionale, di preparazione di ginnaste di prima fascia di età, in attività Gold, nate negli anni 2008/2009/2010/2011, si predispongono questi altri incontri collegiali con palestre da destinarsi :

10/02/2019 dalle ore 10,00 alle ore 13,00 - TECNICO: ALESSIA LEONARDI

16/03/2019 dalle ore 15,30 alle ore 18,30 - TECNICO: EMANUELA PIETRANGELI

14/04/2019 dalle ore 10,00 alle ore 13,00 - TECNICO: ALICE BELLADONNA

Alla suddetta programmazione sono invitate a partecipare tutte le ginnaste tesserate alla FGI.
La Direttrice tecnica sarà presente in qualità di coordinatore in tutti i moduli.

La D.T. Regionale
Laura Bocchini