



FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO

COMITATO REGIONALE FRIULI VENEZIA GIULIA

Trieste 12.02.10

A tutte le società FISO
Alla F.I.S.O.
Loro sedi

Oggetto: Giornata Regionale di Formazione per i Quadri Tecnici del Friuli Venezia Giulia

Settore Formazione

Il Comitato Regionale FISO Friuli Venezia Giulia, ha indetto per i propri tecnici una Giornata di Formazione che si terrà sabato 24 aprile presso la sede del CONI Provinciale di Udine, in via Longarone.

Il programma prevede tre relazioni.
Al mattino dalle 9.30 alle 12.30

1. 'Il Direttore di Gara e le relazioni con i diversi ambiti di una competizione di orienteering'

Verranno illustrati i rapporti fra il Direttore di gara ed il Delegato Tecnico, i diversi settori tecnici dell'organizzazione e la gestione delle attività non di carattere tecnico nell'ambito di una manifestazione internazionale su più giornate.

2. 'I requisiti regolamentari di un tracciato di corsa di orientamento: categorie – distanze – dislivelli – tempi di percorrenza'

Verranno fornite indicazioni sulla corretta pianificazione dei tracciati.
A cura dei tecnici del Comitato FISO FVG

Al pomeriggio dalle 14.30 alle 17.30

Il tema proposto in aula non sarà di tipo tecnico specifico ma di carattere tecnico generale ed avrà il titolo:

3. 'L'istruttore di orienteering e le sue competenze'

Verranno trattati argomenti relativi alle capacità condizionali: forza – velocità – resistenza, le metodologie di allenamento, la programmazione e la periodizzazione dell'allenamento.
A cura dei tecnici del C.O.N.I.

La giornata, al termine del quale verrà rilasciato un attestato di partecipazione, avrà un costo di €15 per ogni tecnico iscritto.

Nella stessa data del 24 aprile verrà tenuta, sempre presso la sede del CONI, dalle 14.30 una sessione straordinaria di esame per Direttori di Gara e Tracciatori.

Un cordiale saluto.

Paolo Di Bert
Responsabile Settore Formazione FISO FVG



Duino 72/B – 34011 Duino-Aurisina (TS)
Tel. /Fax. 040.208839
E-mail: comitato@fisofvg.it
www.fisofvg.it

Italia Disciplina Sportiva
Associata al **Coni**