

Scuola di avviamento al Triathlon



1998 Spezia Triathlon **Kids**

SCUOLA DI AVVIAMENTO AL TRIATHLON



- Abbiamo raggiunto un importante traguardo costituendo una sezione giovanile specifica ed organizzata.
- Il triathlon acquista sempre più visibilità tra gli sport di endurance e solo fino a qualche anno fa la maggior parte dei triatleti approdavano alla multidisciplinarietà dopo anni di militanza in uno degli sport che la costituiscono.

SCUOLA DI AVVIAMENTO AL TRIATHLON



ALLA PORTATA DI TUTTI

I tempi sono cambiati, il triathlon è uno sport completo alla portata di chiunque voglia cimentarsi senza precedenti esperienze agonistiche e può essere il primo sport da far praticare ai giovani e giovanissimi.

Spezia Triathlon Kids

- Lo speziatriathlon ha deciso di investire sui giovani, perchè sono il futuro dello sport e della società odierna, dando la possibilità a loro e alle famiglie di avvicinarsi alla pratica del triathlon seguiti ed affiancati direttamente dai nostri tecnici e dal Coordinatore Fitri Luca Ambrosini.



Spezia Triathlon Kids



- Spezia Triathlon Kids è il settore giovanile di Spezia Triathlon strutturato per offrire l'opportunità di provare questo sport in modo corretto e stimolante, con l'obiettivo primario del divertimento, della salute, e dell'impegno a rispettare le regole dello sport.

DAI 6 ANNI DI ETA'

Il triathlon è uno sport particolarmente indicato ai giovani



PERCHE'

- la complessità degli stimoli motori contribuisce ad uno sviluppo armonioso della crescita di bambini/e e ragazzi/e.

...PERCHE

- Imparano ad avere fiducia in se stessi



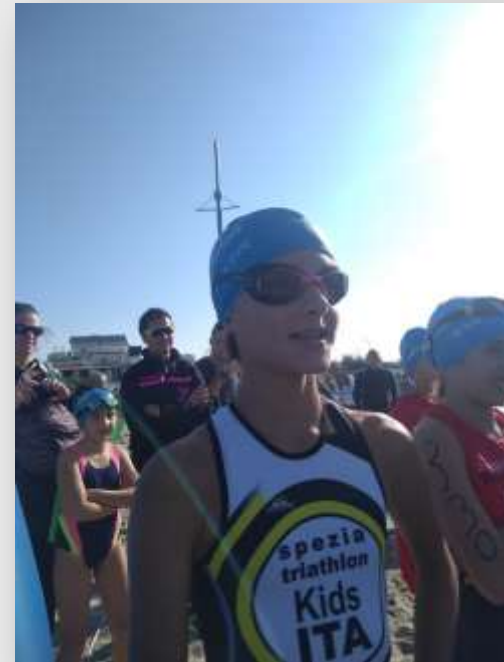
- e a concentrarsi per organizzare e gestire situazioni sempre variabili.

...PERCHE'

I RAGAZZI FORMANO
un senso di gruppo
e di squadra,



INCONTRANO nuovi amici per
affrontare insieme gare divertenti
facendo tante positive esperienze



E PERCHE'



- **SVILUPPANO**
coordinazione,
velocità,
resistenza
e le capacità di
reagire
rapidamente e
prendere una
decisione.



SPEZIA TRIATHLON KIDS – PROGRAMMA



Proponiamo un programma mirato allo sviluppo delle capacità motorie e coordinative e all'apprendimento della tecnica, nel rispetto dell'età e dello sviluppo fisico di ciascun atleta.

Partendo dal gioco



E DALL'APPRENDIMENTO DELLO SPORT DI BASE PER

Mini Cuccioli	(06-07 anni)
Cuccioli	(08-09 anni)
Esordienti	(10-11 anni)

PER ARRIVARE ALLE PRIME ESPERIENZE AGONISTICHE CON



Ragazzi (12-13 anni)

Youth A (14 -15 anni)

Youth B (16-17 anni)

ED INFINE ALLA MATURITÀ TECNICA E SPORTIVA PER



Junior (18- 19 anni)

Under23 (20 – 23 anni)

Per arrivare al traguardo del lunghissimo tragitto che porta i triatleti in erba verso le categorie senior, gli ostacoli e le difficoltà da superare saranno numerosi, ma saranno ancora di più le soddisfazioni e le esperienze positive che costituiranno un bagaglio fondamentale e indelebile per i giovani ragazzi.

A CHI VENGONO AFFIDATI I RAGAZZI?

- I referenti tecnici del nostro settore giovanile lavorano per far diventare grandi i piccoli atleti perché il Triathlon giovanile deve essere la base da cui nascono, crescono e maturano i futuri campioni.

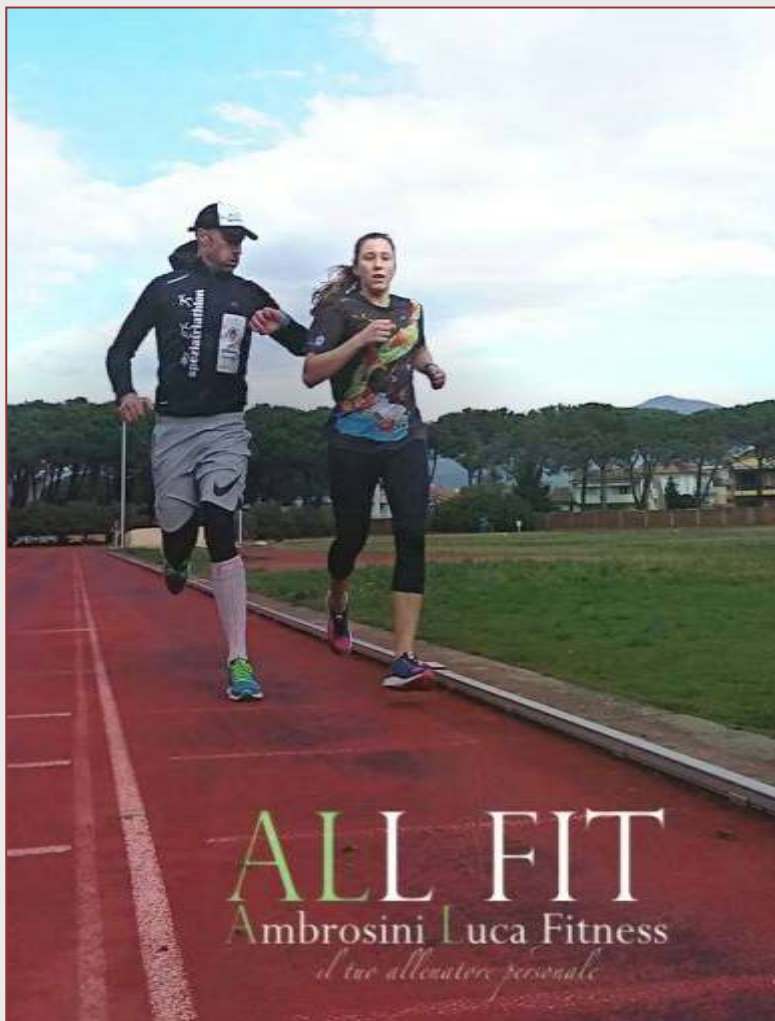


Tutti gli allenamenti sono condotti da tecnici della Federazione Italiana di Triathlon (FITRI), della Federazione Italiana di Nuoto (FIN), e della Federazione Italiana di Atletica Leggera (FIDAL) e supervisionati dal coordinatore Luca Ambrosini.

COORDINATORE

LUCA AMBROSINI

classe '82, Laurea Magistrale in Scienze delle attività Motorie, preparatore fisico di II livello CONI, coordinatore tecnico della Federazione Italiana di Triathlon, "NSCA CSCS" (Specialista nell'allenamento e condizionamento della forza), "NSCA CPT" (Certified Personal Trainer) certificazione americana riconosciuta a livello internazionale, "FMS" (Functional Movement Screen) certificazione internazionale per la valutazione funzionale dei movimenti di base. Attualmente è impegnato nel Corso Nazionale Coni per i Tecnici di IV Livello Europeo, corso a numero chiuso che rappresenta il più alto grado di formazione previsto dal Sistema delle Qualifiche dei Tecnici Sportivi (SNaQ), con l'obiettivo di far acquisire ai partecipanti competenze riferite a particolari funzioni tecniche, quali quelle relative alla conduzione e la gestione di atleti e squadre di alto livello.



L'ATTIVITÀ AGONISTICA GIOVANILE RAPPRESENTA LA PIATTAFORMA SU CUI È STRUTTURATA L'ATTIVITÀ TECNICA DELLA SOCIETÀ.

Il programma è strutturato con gli obiettivi di:

- permettere agli atleti un'attività di gara e una esperienza formativa adeguata
- creare degli eventi di riferimento su cui misurare e sviluppare gli standard organizzativi
- misurare il livello tecnico dei giovani per progettare i futuri programmi di sviluppo

PROGETTO SCUOLA 2019

Il dinamismo di promozione della società è attivo anche con il mondo scolastico ed è contraddistinto da differenti progetti e iniziative.



Il Triathlon è uno sport che accomuna in maniera congiunta tre discipline amatissime come il nuoto, il ciclismo e la corsa a piedi, senza soluzione di continuità, in un'unica prova.

CORRI – PEDALA - CORRI: IL DUATHLON A SCUOLA E' PER TUTTI



Nel Duathlon si susseguono invece corsa, ciclismo e corsa. I ragazzi devono infatti passare senza interruzioni da una frazione di gara all'altra.

- Il progetto Spezia Triathlon si rivolge a tutti gli istituti secondari di primo e secondo grado e alle scuole primarie (quarta e quinta elementare).
- La volontà è quella di promuovere la Multidisciplina come sano stile di vita e la scuola rappresenta il naturale e corretto ambiente di riferimento. Multidisciplina come varietà, come veicolo di crescita, come educazione ambientale, come riconoscimento del senso civico, come benessere, come sfida.

SUPPORTO AI DOCENTI INTERESSATI AL PROGETTO



- supporto dei nostri tecnici federali
- organizzazione di prove di classe/Istituto
- fornitura di bici e caschi
- materiale didattico idoneo
- corsi di formazione negli Istituti o presso la nostra sede societaria

I numeri del progetto evidenziano che il percorso intrapreso è ambasciatore di valori, sani principi, divertimento ed educazione: Sempre più gli istituti scolastici condividono il progetto e aumentano gli insegnanti che hanno scelto la multidisciplinarietà come eccellente mezzo educativo.

INTERVENTO PROGETTUALE PROPOSTO

- **Originalità delle attività ed approcci metodologici innovativi:** la multi disciplina coinvolge il ragazzo in attività diverse. Il duathlon specialità più semplice del triathlon che prevede il nuoto, abitua lo studente a passare rapidamente da uno sport all'altro in rapida sequenza e quindi ben si sposa con la necessità di sviluppare capacità di adattamento rapido al mutare delle situazioni.
- **la competizione a staffetta mista:** (composta da due femmine e da due maschi) prevede lo svolgimento dell'intera prova di duathlon da parte di quattro frazionisti e ha come caratteristiche principali la parità di sesso e di condizioni e il rafforzamento del senso di appartenenza ad un gruppo collaborativo ai fini del risultato.
- **Finalità:** far conoscere a studenti ed insegnanti la disciplina del duathlon finalizzata poi alla pratica del triathlon.
- **Obiettivi:** raggiungere più istituti scolastici perché aderiscono ai campionati studenteschi di duathlon coinvolgendo i ragazzi nella triplice disciplina per poi eventualmente giungere a praticare la disciplina principale, ovvero il triathlon.
- **Collegamenti interdisciplinari:** ginnastica generale, atletica, nuoto quando possibile, ciclismo.
- **Strumenti e mezzi:** mountain bike, caschi e altre attrezzature necessarie allo svolgimento delle prove messi a disposizione da Spezia Triathlon.
- **Destinatari:** studenti con capacità di guida di una bicicletta.
- **Fasi realizzative:** lezioni frontali e pratica di uso della Mountain bike, anche nelle fasi di cambio con le frazioni di corsa a piedi.

CAMPIONATI STUDENTESCHI

LE FASI GESTITE DALL'AREA KIDS

- Fase di Istituto
- e provinciale con il supporto ai docenti per la preparazione degli alunni ai campionati
- Fasi Regionali e interregionali organizzate secondo i singoli calendari regionali
- La rappresentativa di istituto è composta da 4 maschi e da 4 femmine per ciascuna categoria. Ogni studente può fare sia la prova individuale, sia quella a staffetta.
- **Evento Nazionale**
 - Il progetto si conclude nella festa nazionale dove i migliori studenti in rappresentanza di Istituti e Regioni vivono due gironi di multidisciplinaria partecipando ad un vero e proprio festival tra a sport e divertimento conoscendo così a fondo l'atmosfera e l'ambiente del triathlon/duathlon che è il vero punto di forza del movimento.

RINGRAZIAMO
FIN DA SUBITO PER LA VOSTRA ATTENZIONE E DISPONIBILITÀ
E CI AUGURIAMO DI POTER APPROFONDIRE
UNA QUALCHE FORMA DI COLLABORAZIONE E CONDIVISIONE.

CONTATTI E RESPONSABILI PROGETTO KIDS

PRESIDENTE: DAVID PASCOTTO – 3200221036

VICE PRESIDENTE: SILVANO LUCIANI – 3476471833