



FEDERAZIONE ITALIANA TIRO CON L'ARCO



COMITATO REGIONE PIEMONTE

Alla CA:
Società Fitarco Piemonte

Torino, 15 luglio 2023

Oggetto: Incontro Regionale riservato alla divisione Arco Olimpico “Organizziamo e strutturiamo una giornata di allenamento”

La giornata sarà dedicata alla distribuzione del lavoro durante una seduta di allenamento di sei ore.

I temi affrontati saranno:

- **“obiettivi dell’allenamento”**, verranno proposti esercizi per potenziare eventuali parti del tiro che si intendono migliorare.
- **“distribuzione del lavoro”**, verranno affrontate le modalità con cui distribuire nel corso della seduta di allenamento le varie tipologie di esercizi.
- **“indicatori di allenamento”**, verranno messi a punto indicatori che permettano di misurare l’efficacia dell’allenamento.

La giornata di lavoro proposta è rivolta a tutti gli atleti che, nella divisione Arco Olimpico, abbiano disputato almeno tre gare in questa divisione in una qualsiasi specialità e con qualsiasi risultato agonistico.

Il ritrovo è previsto alle ore 9,30 di sabato 22 luglio 2023 presso il campo di tiro degli **Arcieri Collegno ASD in via A.Manzoni 33, Collegno** e il termine dei lavori alle 16.30 – 17.00 circa.

La partecipazione è gratuita. Il pranzo è a carico dei partecipanti.

All’incontro saranno presenti i Tecnici Regionali del Settore Arco Olimpico **Rino Massa**, con il supporto del Referente tecnico del Comitato Regionale, **Fabio Rovai**.

La conferma di partecipazione all’incontro dovrà essere inviata entro 20 luglio 2023 a d entrambi gli indirizzi mail indicati: fitarcopiemonte@gmail.com e r.massa@covemavernici.com

Sono da indicare:

- Cognome e nome
- Codice Società
- N.tessera
- Tecnico accompagnatore

Vi ringrazio per la disponibilità e gentilezza e rimango a disposizione per eventuali chiarimenti.
Cordiali saluti.

Paolo Ferrero
Presidente Fitarco Piemonte

Federazione Italiana Tiro con l'Arco
Comitato Regione Piemonte
via Giordano Bruno 191
10134 Torino