

## **“La preparazione fisica e mentale negli sport di precisione”**

**Ancona, sabato 11 aprile 2015 – ore 9.00**

**Finalità:** Obiettivo del seminario è di presentare le più recenti metodologie di preparazione fisica e di preparazione mentale rivolte, in particolare, agli atleti praticanti sport di precisione, quali Tiro a Segno, Tiro con l’Arco, Tiro a Volo, Golf, Dart Throwing, Curling, Bocce, Bowling, Biliardo. Le tematiche trattate sono anche di interesse per praticanti sport che richiedono, comunque, prestazioni di precisione, quali Baseball, Softball, Curling, Tennis, Basket, Volley ecc.

**Destinatari:** Il corso è rivolto a Tecnici sportivi, insegnanti, laureati in scienze motorie, diplomati Isef, studenti scienze motorie e psicologi dello sport.

**Sede:** Sala Riunioni Comitato Regionale CONI Marche c/o PalaRossini Strada Prov.le Cameranense 60129 Varano di Ancona.

**Data:** 11 aprile 2015

**Modulo organizzativo:** Il seminario avrà la durata dell’intera giornata ed è prevista una pausa pranzo che si svolgerà presso la sede del seminario

### **Relatori:**

**Prof. Roberto Finardi** – Preparatore fisico dell’Unione Italiana Tiro a Segno e della Federazione Italiana Tiro con l’Arco, docente Nazionale Scuola dello Sport

**Prof. Claudio Robazza** – Direttore SRdS Abruzzo, docente dell’Università di Chieti, Psicologo dell’Unione Italiana Tiro a Segno, past-president dell’Associazione Italiana Psicologia dello Sport (AIPS)

### **Programma**

- |           |   |
|-----------|---|
| Ore 9.00  | Accredito dei partecipanti  |
| Ore 9.30  | <b>Sessione mattutina: La preparazione fisica - Prof. R. Finardi</b>    |
| Ore 13.00 | Lunch   |
| Ore 14.00 | <b>Sessione pomeridiana: La preparazione mentale - Prof. C. Robazza</b> |
| Ore 16.00 | Coffee break  |
| Ore 18.00 | Termine dei lavori e consegna degli attestati                           |

**La partecipazione al corso prevede un diritto di segreteria di €15.00.**

Le iscrizioni dovranno essere effettuate *on line* tramite il sito internet <http://www.marche.coni.it> o inviate a mezzo mail [srdsmarche@coni.it](mailto:srdsmarche@coni.it) o via fax allo 06.32723510 **9 aprile 2015** .