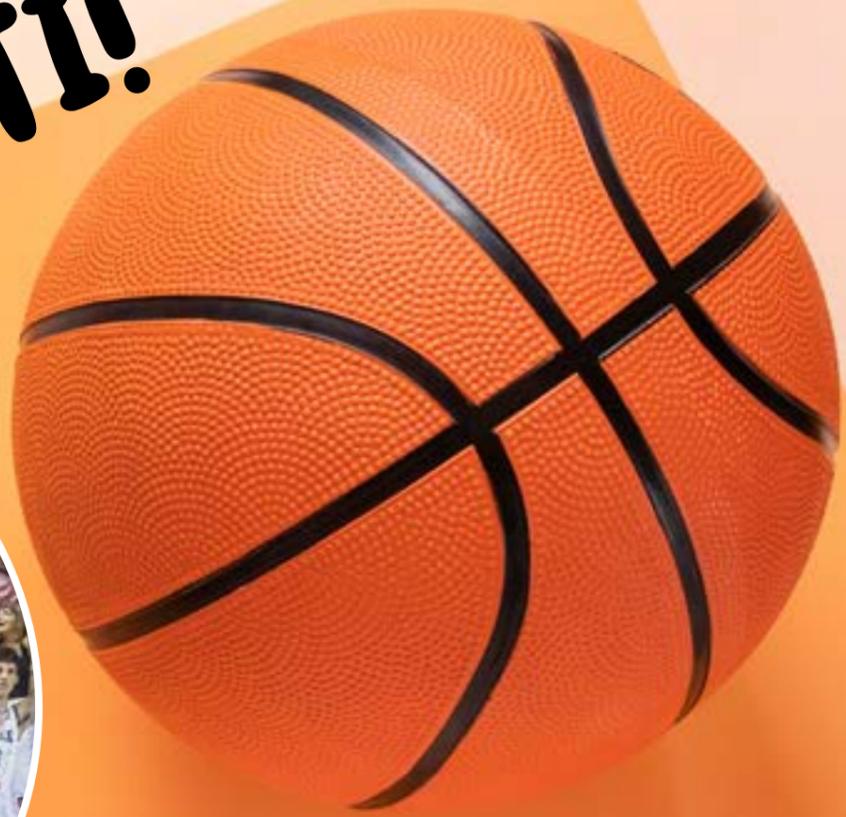


2021

ALLENAMENTI!



Il progetto, realizzato da ASD Tarcento Basket, il Comune di Tarcento e EnAIP FVG con il sostegno di Fondazione Friuli, nasce dall'esigenza di sostenere l'adattamento degli adolescenti che, nell'ultimo anno, hanno subito la mancanza di momenti di aggregazione, scambio e confronto, soprattutto attraverso le attività sociali ludiche e sportive. L'obiettivo di Allena-menti! è quello formare gli istruttori e gli allenatori a diretto contatto con gli adolescenti nell'attività sportiva ad affrontare le mutate condizioni della nuova normalità di convivenza con Covid-19 e di informare le famiglie sulle misure da adottare a casa.



con il sostegno di



in collaborazione con



INFO E ISCRIZIONI

Emiliano Foramiti
e.foramiti@enaip.fvg.it
T. 0432 693723 M. 349 6991596

ALESSANDRO GUIDI INCONTRA IL TARENTO BASKET

Martedì 18 maggio 2021 alle ore 18.00 l'esperienza del responsabile tecnico territoriale e allenatore del Settore Tecnico Regionale FVG Alessandro Guidi sarà a disposizione degli atleti e dello staff del Tarcento Basket per una seduta di allenamento, nella quale metterà a disposizione le sue conoscenze e la sua esperienza volte ad un apprendimento di specifici aspetti del gioco del basket.

FORMAZIONE PER LE FAMIGLIE

Nella convinzione che ogni intervento per essere efficace debba essere supportato nel contesto più prossimo di appartenenza, allena-menti! propone un percorso formativo online dedicato alle famiglie, per fornire conoscenze e strumenti a supporto della relazione con i ragazzi adolescenti, allo scopo di favorire l'adattamento e l'adozione di comportamenti consapevoli e costruttivi rafforzando l'azione sviluppata dagli istruttori e dagli allenatori nel contesto sportivo.

WEBINAR OPERATIVO: "ALLENAMENTO IN AUTONOMIA"

Giovedì 20 maggio dalle ore 18.00 alle ore 20.00
l'assistente preparatore atletico dell'APU Udine Tommaso Mazzilis illustrerà alle famiglie degli atleti del Tarcento Basket le tipologie di allenamento senza l'utilizzo di attrezzi: functional training a corpo libero, a distanza e in sicurezza, in palestra e in autonomia.

WEBINAR BENESSERE: "ALIMENTAZIONE E SALUTE NEL MONDO DELLO SPORT"

Venerdì 21 maggio dalle ore 18.00 alle ore 20.00
La dott.ssa Marzia Zappetti ed il dott. Alessandro Portolan illustreranno durante il Webinar, rivolto alle famiglie degli atleti del Tarcento Basket, alcuni approfondimenti funzionali allo sviluppo di una consapevolezza sull'interconnessione tra alimentazione, pratica sportiva e salute.

