

Padova, li 01/02/2016
Prot. 0082

A tutte le A.S. della Regione con Sezione GAF

e p.c. Ai Consiglieri Reg. addetti Sezione GAF
Alla Fortitudo 1875 – Schio (VI)

OGGETTO: **Allenamento collegiale GAF – Schio (VI) 06/02/2016**

Si comunica che in attuazione del progetto elaborato dalla Commissione Tecnica GAF, il giorno :

Sabato 6 febbraio con inizio alle ore 15.30

presso la palestra della società Fortitudo Schio, Via Campagnola a Schio (VI), avrà luogo un allenamento collegiale riservato alle ginnaste della categoria allieve.

Lo scopo di questo incontro è quello di dare vita ad un lavoro comune al fine di potenziare e valorizzare le risorse della nostra regione.

Le convocazioni delle ginnaste (in allegato) sono state fatte considerando le classifiche del campionato di categoria e del torneo regionale allieve ma soprattutto cercando il maggiore coinvolgimento possibile per quanto concerne le società operanti.

Pertanto auspichiamo la più grande partecipazione anche di quei tecnici che per il momento non hanno ginnaste convocate.

Tematiche dell'allenamento:

riscaldamento - lavoro sulle verticali – scioltezza - preparazione fisica in relazione alla parte artistica di trave e corpo libero più lavoro su salti, piroette e verticali (1,30h).

preparazione fisica generale specifica in funzione dei vari periodi di preparazione - acrobatica di base - studio delle rotazioni al trampolino (1.30h).

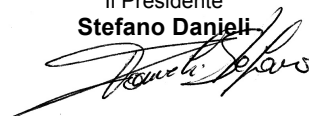
Alla fine dell'allenamento è prevista una discussione aperta sugli argomenti trattati.

Le ginnaste convocate dovranno presentarsi all'allenamento munite di una banda elastica.

Scusandoci per il ritardo e per i tempi stretti che questa convocazione comporta, Vi preghiamo di comunicare il più presto possibile all'indirizzo cr.veneto@federginnastica.it l'eventuale non partecipazione.

Si ringrazia per l'attenzione e si porgono Cordiali Saluti

Il Presidente
Stefano Danieli



Ginnaste convocate :

1	Campagnaro Camilla	Audace
2	Nizzetto Gaia	Audace
3	Bizzotto Elisa	Arial Gimnasium
4	Viero Irene	Arial Gimnasium
5	Breda Martina	Corpo Libero GT
6	Doria Giovanna	Corpo Libero GT
7	Turchetto Vittoria	Veneziana
8	Zambon Reica	Veneziana
9	Ceolin Alice	Spes Mestre
10	Conte Giada	Spes Mestre
11	Gresele Alice	Fortitudo Schio
12	Franco Anastasia	Ardor
13	Marchesini Giulia	Fond. Bentegodi
14	Martello Letizia	La Ruota
15	Zoppello Evita	Gymnasium Treviso
15	Bertoli Sofia	Junior 2000
17	Buonincontro Valentina	Fides et Robur
18	Verzè Nazarena	Est Veronese
19	Niero Chiara	Olimpia '81
20	Porello Elisa	Bluekippe