



**MASTER E WORKSHOP ONLINE REGIONALI PER TECNICI E UFFICIALI DI GARA DI GINNASTICA RITMICA**  
**COMITATO REGIONALE VENETO FGI**  
**(A CURA DELLA DTR R Luciana De Corso)**

PER L'ATTESTATO DEI MASTER COME QUALIFICA TECNICA/ABILITAZIONE/CREDITI FORMATIVI L'ISCRIZIONE E IL PAGAMENTO DELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE DOVRA' ESSERE EFFETTUATA ATTRAVERSO LA SEZIONE "GESTIONE CORSI" PRESENTE NEL PORTALE TESSERAMENTO FGI.

Per la partecipazione ai Workshop, pagamento con bonifico al Comitato Regionale Veneto IT41Z0306909606100000150395. Le iscrizioni dovranno pervenire tramite invio del bonifico alla mail [luciana.decorso@federginnastica.it](mailto:luciana.decorso@federginnastica.it) specificando nella causale nome, cognome e N° del workshop.

|     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                             |                                                        |                                                               |                                  |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| N°1 | Preparazione fisica generale e specifica tramite esercizi con l'utilizzo di attrezzi da riporto con scopi e finalità differenti per arrivare al miglioramento della destrezza nell'utilizzo specifico dell'attrezzo.<br>Relatore: Elisabetta Ladavas         | MASTER<br>/                                 | WORKSHOP<br>EURO 10,00 TRAMITE<br>BONIFICO AL COMITATO | DATE E ORARIO<br>12/05/2021<br>ore 20:30 -23:00               | SCADENZA ISCRIZIONE<br>10-mag-21 |
| N°2 | Rischio infortuni: prevenzione e lavoro propriocettivo per la Ginnastica Ritmica.<br>Relatore: Melania Balzarin                                                                                                                                              | MASTER<br>/                                 | WORKSHOP<br>EURO 10,00 TRAMITE<br>BONIFICO AL COMITATO | DATA E ORARIO<br>26/05/2021<br>ore 20:30 -23:00               | SCADENZA ISCRIZIONE<br>22-mag-21 |
| N°3 | Esempi pratici per insegnare la tecnica di base degli attrezzi attraverso il lavoro di coppia e terziglia con il cerchio e la palla.<br>(WORKSHOP PRATICO CHE SI PUO' SEGUIRE CON LE PROPRIE GINNASTE DALLA PROPRIA PALESTRA)<br>Relatore: Valentina Rovetta | MASTER<br>/                                 | WORKSHOP<br>EURO 10,00 TRAMITE<br>BONIFICO AL COMITATO | DATA E ORARIO<br>05/06/2021<br>ore 14:00 -16:30               | SCADENZA ISCRIZIONE<br>01-giu-21 |
| N°4 | Motivazione e dedizione alla pratica sportiva come potenziatori della performance: dall'esperienza ai consigli pratici.<br>Relatore: Marta Pagnini                                                                                                           | MASTER<br>/                                 | WORKSHOP<br>EURO 10,00 TRAMITE<br>BONIFICO AL COMITATO | DATA E ORARIO<br>15/06/2021<br>ore 20:30 -23:00               | SCADENZA ISCRIZIONE<br>12-giu-21 |
| N°5 | Il ginnasta e l'alimentazione. Concetti generali di nutrizione e applicazioni pratiche.<br>Relatore: Marco Buccianti                                                                                                                                         | MASTER<br>EURO 60,00 TRAMITE<br>PORTALE FGI | WORKSHOP<br>/                                          | DATE E ORARIO<br>08/07/2021<br>09/07/2021<br>ore 20:30 -23:00 | SCADENZA ISCRIZIONE<br>05-lug-21 |