

**CORSO TECNICO FEDERALE 3° LIVELLO SNAQ 2023 on line**

DATE - 2023 -	ORARIO		DOCENTE
07-feb	20.30-20.45	15'	Saluti del presidente Donato Milano
07-feb	20.45-21.15	30'	Presentazione del corso Roberto Fragale
07-feb	21.15-22.30	1h15'	Management federale Donato Milano
10-feb	20.30-22.30	2h	Politica sportiva: il quadro nazionale e internazionale degli Sport di Combattimento Donato Milano
13-feb	20.30-22.30	2h	Fiscosport Stefano Rigamonti
16-feb	20.30-22.30	2h	Lavoro Sportivo Stefano Rigamonti
20-feb	20.30-22.30	2h	Guida al project work Roberto Fragale
24-feb	20.30-22.30	2h	Mental training Michele Surian
28-feb	20.30-22.30	2h	Guida al project work Roberto Fragale
03-mar	20.30-22.30	2h	Mental training Michele Surian
06-mar	20.30-22.30	2h	Concussione e traumi da Sport di Combattimento Vitale Monte
08-mar	20.30-22.30	2h	Concussione e traumi da Sport di Combattimento Vitale Monte
13-mar	20.30-22.30	2h	Doping: Elementi generali sostanze – effetti – Legislazione Scuola dello Sport
16-mar	20.30-22.30	2h	Doping: Elementi generali sostanze – effetti – Legislazione Scuola dello Sport
21-mar	20.30-22.30	2h	Alimentazione negli Sport di Combattimento SDS Scuola dello Sport
27-mar	20.30-22.30	2h	Problematiche riduzione del peso negli SdC SDS Scuola dello Sport
04-apr	20.30-22.30	2h	Capacità fisiche negli Sport di Combattimento Alessandro Milan
12-apr	20.30-22.30	2h	Principi di Biomeccanica applicata allo Sport SDS Scuola dello Sport
19-apr	20.30-22.30	2h	Test funzionali di mobilità e stabilità SDS Scuola dello Sport
27-apr	20.30-22.30	2h	Aspetti preventivi e controllo motorio SDS Scuola dello Sport
03-mag	20.30-22.30	2h	Aspetti preventivi e controllo motorio SDS Scuola dello Sport
05-mag	20.30-22.30	2h	Comunicazione e relazione tecnico-atleta-gruppo Michele Surian
09-mag	20.30-22.30	2h	Match analysis Alessandro Milan
15-mag	20.30-22.30	2h	Comunicazione e relazione tecnico-atleta-gruppo Michele Surian

**CORSO TECNICO FEDERALE 3° LIVELLO SNAQ 2023 IN PRESENZA 31 marzo 1 e 2 aprile**

Venerdì 31/03/2023		
15.00	organizzazione dell'allenamento	Roberto Fragale
17.15	coffee break	
17.30	organizzazione dell'allenamento	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	
Sabato 01/04/2023		
9.00	Gestione dell'atleta in relazione allo sviluppo evolutivo e alle tappe agonistiche.	Alessandro Milan
11.00	coffee break	
11.15	Gestione dell'atleta in relazione allo sviluppo evolutivo e alle tappe agonistiche.	Alessandro Milan
13.30	lunch break	
14.30	Ricerca e sviluppo del talento	Michele Surian
16.15	coffee break	
16.30	Ricerca e sviluppo del talento	Michele Surian
19.00	fine lavori	
Domenica 02/04/2023		
9.00	modello di prestazione	Michele Surian
11.00	coffee break	
11.15	modello di prestazione	Michele Surian
13.30	lunch break	
14.30	valutaz. funzionale a supp. della prestazione	Roberto Fragale
16.15	coffee break	
16.30	" I sistemi energetici nell'esercizio intenso" (produzione, accumulo e smaltimento del lattato)	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	

**CORSO TECNICO FEDERALE 3° LIVELLO SNAQ 2023 IN PRESENZA 19-20-21 maggio**

Venerdì 19/05/2023		
15.00	test di valutazione dell'atleta	Roberto Fragale
17.15	coffee break	
17.30	test di valutazione dell'atleta	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	
Sabato 20/05/2023		
9.00	Metodologia della tecnica e tattica	Alessandro Milan
11.00	coffee break	
11.15	Metodologia della tecnica e tattica	Alessandro Milan
13.30	lunch break	
14.30	coaching in allenamento e in gara	Michele Surian
16.15	coffee break	
16.30	coaching in allenamento e in gara	Michele Surian
19.00	fine lavori	
Domenica 21/05/2023		
9.00	Metodologia dell'allenamento della Forza negli sport di combattimento	Alessandro Milan
11.00	coffee break	
11.15	Metodologia dell'allenamento della Rapidità negli sport di combattimento	Alessandro Milan
13.30	lunch break	
14.30	Metodologia dell'allenamento della Resistenza negli sport di combattimento	Alessandro Milan
16.30	coffee break	
16.45	dettagli produzione del Project Work VERIFICA FINALE	Roberto Fragale
19.00	fine lavori	