



Comitato Seconda Zona
Liguria - Toscana - Umbria

Agli indirizzi:

Presidente
Direttore Sportivo
Istruttore Responsabile Scuola Vela

Atleti in elenco / loro circoli

Convocazione per

RADUNO ZONALE

CLASSE 29er

Carissimi,

desidero, con La presente, comunicarvi che nei giorni di **sabato 04 e domenica 05 febbraio** prossimi si terrà il primo raduno zonale dedicato alla **classe 29er**.

Il raduno rientra nel programma zonale di sviluppo delle classi under19 e prevede la convocazione di tutti gli equipaggi veterani e nuovi che hanno deciso di intraprendere l'attività agonistica sulla classe 29er.

Gli atleti convocati saranno seguiti dal tecnico federale **Giacomo Gamberini** che avrà funzione di coordinatore del raduno e sarà coadiuvato dal tecnico **Edoardo Campoli**

L'evento sarà organizzato presso il **Club Nautico Marina di Carrara**

I RAGAZZI in elenco sono pregati di confermare la propria partecipazione tramite email al seguente indirizzo ctz2zona@gmail.com entro e non oltre il 03 febbraio prossimo. La mancata risposta sarà considerata come rinuncia.

La Quota di partecipazione è di :

Euro 60 per atleta e comprende l'iscrizione al raduno, i pasti di sabato e domenica ed il pernottamento con prima colazione presso la struttura convenzionata "Hotel Morgana" in Marina di Carrara

Gli atleti partecipanti si dovranno presentare al raduno entro le ore 10,00 di sabato 04 febbraio con al seguito la loro imbarcazione e tutto l'occorrente per l'attività a terra ed in acqua.

Eventuali spostamenti da e per il circolo saranno supportati dai tecnici di Zona presenti.
E gradita anche la partecipazione del tecnico di circolo .

IL DIRETTORE SPORTIVO
Massimo Segnini

ELENCO ATLETI CONVOCATI

Matteo Mosti
Antonio di Leo
Giacomo Bianchini
Giovanni Bianchini
Andrea Nocentini
Sofia Vatteroni
Benedetta Magnani
Costanza Viti
Andrea Gazzarri
Tommaso Gazzarri
Antonio Salvatorelli
Denis Peria
Andrea Amato
Elia Pancotto

PROGRAMMA ATTIVITA'

Sabato 4 febbraio:

Ore 10/12 - Arrivo dei partecipanti, compilazione anagrafica del gruppo, preparazione barche.

Ore 12/13 - Pasto, briefing e riscaldamento a secco.

Ore 13/ 17.30 - Attività in acqua.

Ore 17.30/18.30 - Rientro e sistemazione barche.

Ore 18.30/ 19. 30 - Debriefing e attività teorica.

Domenica 5 febbraio;

Ore 8/9 - Attivazione muscolare.

Ore 9/11 - Preparazione barche, attività teorica e briefing.

Ore 11/15 - Riscaldamento a secco e attività in acqua.

Ore 15/16 - Debriefing.

Ore 16 - Fine raduno.