



Federazione Italiana Vela

Comitato Seconda Zona

Provincia della Spezia

Toscana - Umbria

Agli indirizzi:

Presidente

Direttore Sportivo

Istruttore Responsabile Scuola Vela

Atleti in elenco / loro circoli

RADUNO ZONALE CLASSE OPTIMIST

CATEGORIA JUNIORES

Carissimi,

desidero, con La presente, comunicarvi che nei giorni di **sabato 18 e domenica 19 MARZO** prossimi si terrà il primo raduno zonale dedicato alla **classe OPTIMIST categoria JUNIORES**.

Il raduno rientra nel programma zonale di sviluppo delle classi giovanili ed è dedicato a tutti coloro i quali hanno diritto a partecipare alla selezione interzonale della classe Optimist

Gli atleti partecipanti saranno seguiti dal tecnico federale **MATTEO PUCCI** che avrà funzione di coordinatore del raduno e sarà coadiuvato dal tecnico **BENEDETTA DANTI** e dal **CTZ**.

L'evento sarà organizzato presso il **Circolo Nautico Livorno**

I Club interessati sono pregati di segnalare la partecipazione dei propri atleti tramite l'invio di una email al seguente indirizzo ctz2zona@gmail.com specificando il nome e cognome dell'atleta ed il circolo di appartenenza.

Il termine ultimo per l'iscrizione è stabilito entro il 13 marzo prossimo.

La Quota di partecipazione è di :

Euro 20 per atleta e comprende l'iscrizione al raduno.

Gli atleti partecipanti si dovranno presentare al raduno entro le ore 10,00 di sabato 18 marzo con al seguito la loro imbarcazione e tutto l'occorrente per l'attività a terra ed in acqua.

E'obbligatorio inoltre che i partecipanti abbiano con se il MODULO DI AFFIDO compilato in tutte le sue parti e che segnalino all'atto dell'iscrizioni eventuali INTOLLERANZE ed altre esigenze specifiche che richiedano un'attenzione particolare da parte degli organizzatori.

IL DIRETTORE SPORTIVO

Massimo Segnini

PROGRAMMA RADUNO

18 MARZO

| | |
|-----------|---|
| ore 10,00 | RITROVO AL CLUB |
| ore 10,30 | ACCREDITAMENTO ATLETI CONVOCATI |
| ore 10,45 | BREAFING (ANALISI LAVORO DI GIORNATA) |
| ore 11,30 | I USCITA IN ACQUA |
| ore 13,30 | PAUSA PRANZO* |
| ore 14,30 | II USCITA IN ACQUA |
| ore 17,00 | RIENTRO |
| ore 18,00 | DEBRIEFING (ANALISI LAVORO DI GIORNATA) |
| ore 19,00 | CHIUSURA SESSIONE DI LAVORO |

19 MARZO

| | |
|-----------|---|
| ore 09,00 | RITROVO AL CLUB |
| ore 09,15 | AULA (INTERVENTO STAFF) |
| ore 10,30 | BREAFING (ANALISI LAVORO DI GIORNATA) |
| ore 11,15 | I USCITA IN ACQUA |
| ore 13,15 | PAUSA PRANZO* |
| ore 14,15 | II USCITA IN ACQUA |
| ore 16,00 | RIENTRO DISARMO E CARICO BARCHE |
| ore 16,45 | DEBRIEFING (ANALISI LAVORO DI GIORNATA) |
| ore 17,30 | CHIUSURA LAVORI |

La pausa pranzo è gestita direttamente dal coordinatore del raduno e potrebbe anche avvenire in acqua tra una sessione di allenamento e l'altra. Si invitano pertanto gli atleti a provvedere in autonomia al cibo considerando che questo possa essere facilmente assunto in acqua.