

CORSO 1 Federazione Italiana Rugby - 18-23 Maggio 2025

Aree di competenza,
Rugby Di Base, Rugby
Giovanile, Abilità Motorie,
Principi di Preparazione
Atletica Giovanile



	Lunedì 19-5-25	Martedì 20-5-25	Mercoledì 21-05-25	Giovedì 22-05-25	Venerdì 23-05-25
	8.15 AULA Revisioni Varie	8.15 AULA Revisioni Varie	8.15 AULA Revisioni Varie	8.15 AULA Revisioni Varie	8.15 AULA Revisioni Varie
	8.45 Docenti BIONDI AULA Teoria e Metodologia ALL. Modello di Prestazione RUGBY	8.45 Docente BIONDI AULA Le ESPRESSIONI di FORZA e Costuzione di una seduta PESI, principi di Pesistica	8.45 Docente Docenti FIPE AULA Teoria dell'Esercizio di Slancio	8.45 Docente ROMANO AULA Judo e Rugby, angoli di forza, gesti coordinativi e giochi di lotta	8.45 Docente GENTILINI AULA Transizione da Bambini ad Adolescenti
	10.30 Docente GENTILINI AULA Il MINIRUGBY, stimoli giusti nel momento giusto. Dalla Motoria al Rugby	10.30 Docente Orecchini/Aristide AULA Introduzione al sollevamento pesi e teoria degli esercizi di stacco, squat e strappo	10.30 Docente Docenti FIPE GYM Pratica Girata e Ausiliari	10.30 Docente ROMANO Palestra PRATICA PALESTRONE	10.30 Docente Campo Docente GENTILINI Pratica in Campo Forza e Abilità Cognitive
	CORREZIONI LAVORI DI GRUPPO	CORREZIONI LAVORI DI GRUPPO	CORREZIONI LAVORI DI GRUPPO	CORREZIONI LAVORI DI GRUPPO	CORREZIONI LAVORI DI GRUPPO
Domenica 18-5-25	POMERIGGIO	POMERIGGIO	POMERIGGIO	POMERIGGIO	POMERIGGIO
14.30 Docenti BIONDI AULA Presentazione Corso	14.30 Docente GENTILINI CAMPO Pratica in CAMPO e RUGBY e MOTORIA	14.30 Docente Docenti FIPE GYM Pratica di Stacco e Squat	14.30 Docente Docenti FIPE GYM Pratica Spinta e Ausiliari	14.30 Docente BIONDI/GENTILINI CAMPO Tecnica della corsa veloce	14.30 Docente BIONDI ESAMI AULA ESAME SCRITTO GIOVANILE
15.00 Docente ROMEI CAMPO Rugby					
16.30 Docente ROMEI AULA Le abilità motorie necessarie. ALLENARE Densità, Intensità e Ritmo	16.30 Docente BIONDI AULA il RINFORZO STRUTTURALE nel Rugby e costuzione seduta pesi	16.30 Docente Docenti FIPE GYM Pratica di Strappo e Ausilari	16.30 Docente GENTILINI AULA Aree di Sviluppo Gestione delle proposte	16.30 Docente CAFARO AULA ABILITA' MOTORIE DI BASE, FORMAZIONE FISICO- MOTORIA del giovane giocatore di Rugby	
CONSEGNA LAVORI DI GRUPPO	CONSEGNA LAVORI DI GRUPPO	CONSEGNA LAVORI DI GRUPPO	CONSEGNA LAVORI DI GRUPPO	CONSEGNA LAVORI DI GRUPPO	