



FEDERAZIONE  
SPORTIVA NAZIONALE  
RICONOSCIUTA  
DAL CONI



Federazione Italiana Nuoto

F.I.N.A.  
L.E.N.  
I.L.S.E.  
I.L.S.

Settore Istruzione Tecnica  
Prot. SIT/pc/4630

Roma, 5 ottobre 2015

**Spett.li Comitati Regionali e Provinciali FIN**  
**Trasmissione via mail**

**Oggetto:** Convegno "Dagli Esordienti a ai Categoria Cadetti" – Chiaravalle (Ancona) 25 ottobre 2015

Con la presente si comunica che, sentito il parere favorevole del Prof. Roberto Del Bianco e considerata l'importanza dell'evento con la presenza di relatori di alto livello, la scrivente Federazione ha il piacere di riconoscere n. 50 crediti formativi agli Allenatori di Nuoto di I e II livello che prenderanno parte al Convegno.

Si allega alla presente la locandina della manifestazione.

Si prega di fornire indicazioni a tutti gli interessati.

Ringraziando per la consueta attenzione e collaborazione, si porgono cordiali saluti

**Il Segretario Generale**  
**Dott. Antonello Panza**



HERBALIFE

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI



# DOMENICA 25 OTTOBRE 2015

c/o la piscina comunale Bastianelli di Chiaravalle (An)

## CONVEGNO PER ALLENATORI DI NUOTO E ISTRUTTORI "DAGLI ESORDIENTI A AI CATEGORIA CADETTI"

Analisi teorico-pratica degli aspetti metodologici nella preparazione in acqua e a secco  
Studio sulla prevenzione degli infortuni nel nuoto agonistico giovanile

### PROGRAMMA

|             |                                                                                                                            |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.00-09.15 | FAUSTO AITELLI <i>Presidente del Comitato Marche</i> - PIERO FALZETTI <i>Responsabile S.I.T. Marche</i>                    |
| 09.15-10.00 | WALTER BOLOGNANI <i>Metodologia della preparazione in acqua per gli Esordienti A ed i categoria Ragazzi</i>                |
| 10.00-10.45 | WALTER BOLOGNANI <i>Metodologia della preparazione in acqua per i categoria Juniores e Cadetti</i>                         |
| 10.45-11.30 | PIERO BENELLI <i>Studio degli infortuni più comuni nei giovani nuotatori, ed analisi della prevenzione</i>                 |
| 11.30-11.45 | <i>Pausa caffè</i>                                                                                                         |
| 11.45-12.15 | MARCO LANGISSI <i>Metodologia della preparazione a secco per gli Esordienti A e per i categoria ragazzi</i>                |
| 12.15-12.45 | MARCO LANGISSI <i>Metodologia della preparazione a secco per i categoria Juniores e Cadetti</i>                            |
| 12.45-13.15 | <i>Tavola rotonda con i relatori</i>                                                                                       |
| 15.00-16.30 | MARCO LANGISSI <i>Aspetti pratici e test funzionali della preparazione a secco dagli Esordienti A ai categoria cadetti</i> |
| 16.45-18.15 | WALTER BOLOGNANI <i>Aspetti pratici e test funzionali della preparazione in acqua nel nuoto giovanile</i>                  |
| 18.15       | PIERO FALZETTI <i>Chiusura del convegno e consegna degli attestati di partecipazione</i>                                   |

### QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Allenatori di nuoto in regola con il tesseramento F.I.N. € 50,00

Docenti regionali e istruttori € 20,00

Docenti nazionali e responsabili S.I.T. regionali partecipazione gratuita

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Tutte le informazioni sono consultabili sul sito

[www.finmarche.it](http://www.finmarche.it) al link "Convegno Nuoto 2015"

[info@finmarche.it](mailto:info@finmarche.it)

### SEDE DEL CONVEGNO:

Piscina comunale "A. Bastianelli"

Via Imre Nagy 60133 Chiaravalle (AN)

uscita A14 Ancona-Macina

T 071 74 51 11 11

seguiti su:



FIN - Comitato Marchigiano



CONVEGNO PER ALLENATORI DI NUOTO E ISTRUTTORI  
**"DAGLI ESORDIENTI A AI CATEGORIA CADETTI "**

*analisi teorico-pratica degli aspetti metodologici nella preparazione in acqua e a secco  
studio sulla prevenzione degli infortuni nel nuoto agonistico giovanile  
domenica 25 ottobre 2015 - Chiaravalle (AN)*

Il Comitato Regionale Marche della Federazione Italia Nuoto organizza presso la piscina comunale Bastianelli di Chiaravalle (AN) il convegno dedicato ad allenatori di nuoto e istruttori impostato sui temi del nuoto giovanile.

Relatori sono i tecnici federali Walter Bolognani, responsabile delle Nazionali Giovanili di Nuoto e Marco Lancissi, preparatore atletico delle Nazionali di Nuoto; Piero Benelli, medico sportivo.

**PROGRAMMA**

**mattina**

- 09:00 – 09:15 accredito, saluto del presidente del Comitato Marche *Fausto Aitelli* e presentazione del convegno da parte del responsabile S.I.T. Marche, *Piero Falzetti*
- 09:15 - 10:00 metodologia della preparazione in acqua per gli Esordienti A ed i categoria Ragazzi; *relatore Walter Bolognani*
- 10:00 - 10:45 metodologia della preparazione in acqua per i categoria Juniores e Cadetti; *relatore Walter Bolognani*
- 10:45 - 11:30 studio degli infortuni più comuni nei giovani nuotatori, ed analisi della prevenzione in acqua ed a secco; *relatore Piero Benelli*

11:30 - 11:45 *pausa caffè*

- 11:45 - 12:15 metodologia della preparazione a secco per gli Esordienti A e per i categoria Ragazzi; *relatore Marco Lancissi*
- 12:15 - 12:45 metodologia della preparazione a secco per i categoria Juniores e Cadetti; *relatore Marco Lancissi*;
- 12:45 - 13:15 tavola rotonda con i relatori

**pomeriggio**

- 15:00 - 16:30 aspetti pratici e test funzionali della preparazione a secco dagli Esordienti A ai categoria Cadetti; *relatore Marco Lancissi*
- 16:45 - 18:15 aspetti pratici e test funzionali della preparazione in acqua nel nuoto giovanile; *relatore Walter Bolognani*
- 18:15 chiusura del convegno e consegna degli attestati di partecipazione; *Piero Falzetti*

**La Federazione Italiana Nuoto riconosce 50 CREDITI FORMATIVI agli allenatori di nuoto partecipanti al convegno e regolarmente tesserati.**

**Quote di partecipazione**

allenatori di nuoto in regola con il tesseramento F.I.N. € 50,00  
docenti regionali e istruttori in regola con il tesseramento F.I.N. € 20,00  
docenti nazionali e responsabili S.I.T. regionali partecipazione gratuita

**Modalità di iscrizione**

tutte le informazioni sono consultabili sul sito [www.finmarche.it](http://www.finmarche.it)

**Sede del convegno:**

piscina comunale "A.Bastianelli", via Imre Nagy, 60133 Chiaravalle (AN) uscita A14 Ancona Nord

**Info convegno**

[www.finmarche.it](http://www.finmarche.it) - [info@finmarche.it](mailto:info@finmarche.it)

€ sul C/C n. 11668621 di Euro 50,00  
Codice IBAN IT88076010260000011668621

IMPORTO IN LETTERE CINQUANTA/00  
INTESTATO A  
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO  
COMITATO REGIONALE MARCHE

CAUSALE  
QUOTA PARTECIPAZIONE CONVEGNO 25/10/15  
RIPORTARE E-MAIL

ESEGUITO DA  
VIA - PIAZZA  
CAP  
LOCALITA'  
BOLLO DELL'UFFICIO POSTALE  
codice bancoposta  
IMPORTANTE: NON SCRIVERE NELLA ZONA SOTTOSTANTE  
numero conto  
tipo documento

000011668621 < 451 >

€ sul C/C n. 11668621 di Euro 50,00  
Codice IBAN IT88076010260000011668621

IMPORTO IN LETTERE CINQUANTA/00  
INTESTATO A  
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO  
COMITATO REGIONALE MARCHE

CAUSALE  
QUOTA PARTECIPAZIONE CONVEGNO 25/10/15  
RIPORTARE E-MAIL

ESEGUITO DA  
VIA - PIAZZA  
CAP  
LOCALITA'  
BOLLO DELL'UFFICIO POSTALE

AVVERTENZE

Il bollettino deve essere compilato in ogni sua parte (con cancellature, obbligatorie per versamenti a favore delle Pubbliche Amministrazioni. Le informazioni richieste vanno riportate in modo identico in ciascuna delle parti di cui si compone il bollettino.

IMPORTANTE: NON SCRIVERE SUL RETRO  
DELLA RICEVUTA DI ACCREDITO

€ sul C/C n. 11668621 di Euro 20,00  
Codice IBAN IT88076010260000011668621

IMPORTO IN LETTERE VENTI/00  
INTESTATO A  
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO  
COMITATO REGIONALE MARCHE

CAUSALE  
QUOTA PARTECIPAZIONE CONVEGNO 25/10/15  
RIPORTARE E-MAIL

ESEGUITO DA  
VIA - PIAZZA  
CAP  
LOCALITA'  
BOLLO DELL'UFFICIO POSTALE  
codice bancoposta  
IMPORTANTE: NON SCRIVERE NELLA ZONA SOTTOSTANTE  
numero conto  
tipo documento

000011668621 < 451 >

€ sul C/C n. 11668621 di Euro 20,00  
Codice IBAN IT88076010260000011668621

IMPORTO IN LETTERE VENTI/00  
INTESTATO A  
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO  
COMITATO REGIONALE MARCHE

CAUSALE  
QUOTA PARTECIPAZIONE CONVEGNO 25/10/15  
RIPORTARE E-MAIL

ESEGUITO DA  
VIA - PIAZZA  
CAP  
LOCALITA'  
BOLLO DELL'UFFICIO POSTALE

AVVERTENZE

Il bollettino deve essere compilato in ogni sua parte (con cancellature, obbligatorie per versamenti a favore delle Pubbliche Amministrazioni. Le informazioni richieste vanno riportate in modo identico in ciascuna delle parti di cui si compone il bollettino.

IMPORTANTE: NON SCRIVERE SUL RETRO  
DELLA RICEVUTA DI ACCREDITO