FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA

Bologna, 23 dicembre 2018

Gent. mi Presidenti,
in vista del nuovo anno sportivo abbiamo il piacere di informarvi che il Consiglio del Comitato regionale ER intende promuovere e ampliare il settore federale di ***Salute & Fitness*** al fine di attribuire alle attività ad esso connesse la risonanza che già lo caratterizza in ambito nazionale.
Riteniamo importante riportare alcuni degli obiettivi principali che la Direzione tecnica Nazionale indica in merito alla Sezione ***Salute & Fitness***, target di lavoro importanti che il nostro Comitato mira a perseguire a partire dall'anno sportivo entrante:

- Promuovere nel Paese attività fisiche qualificate per aumentare lo stato di benessere, di salute e di fitness della popolazione italiana;
- Promuovere culturalmente e attivamente un corretto e sano stile di vita;
- Promuovere nei Centri Fitness e nei Centri affiliati FGI una nuova area per attività qualificate denominata **"FGI GYMNASTICS CORNER"** dove perseguire gli obiettivi prefissati;
- Aumentare il numero delle Associazioni affiliate per essere più capillari sul territorio italiano e raggiungere un maggior numero di utenti;
- Formare e aggiornare i Tecnici per mantenere alta la qualità delle attività proposte;
- Organizzare momenti di informazione alla popolazione sugli argomenti pertinenti allo stato di Salute e di Fitness;
- Studiare e valutare le nuove tendenze, metodologie e attività, Nazionali ed Internazionali proposte e praticate nel mondo del Fitness.

Ricordiamo che il settore ***Salute & Fitness*** consta delle seguenti sezioni:

AEQUILIBRIUM: rieducazione posturale derivante da varie discipline quali il Pilates, lo Yoga, Tecniche di allungamento, la Ginnastica Educativa e Rieducativa, Feldenkrais, Mezieres, Tecniche di respirazione e rilassamento

PARKOURGYM: attività di fitness tecnico, creando un innovativo protocollo pratico tecnico, unendo le caratteristiche innovative e non codificate del Parkour con l'esperienza e la tecnica FGI.

KID' PLAY MOVING: l'area del settore Salute e Fitness FGI che si occupa dell'attività psicomotoria e ludico-motoria per i bambini, dai tre anni d'età.

LIFE LONG TRAINIG: pone l'accento sull'importanza dell'attività fisica come elemento fondamentale per migliorare la qualità della vita a qualsiasi età e, soprattutto, come mezzo insostituibile per la prevenzione e la terapia delle patologie dismetaboliche, cardiovascolari e osteo-articolari.

ENERGY FITNESS GYM: Aerobica, step, e tonificazione muscolare

Via Trattati Comunitari Europei n.7 – 40127 BOLOGNA
Tel. 051 6152806 Fax. 051 6152777 e mail : *cr.emiliaromagna@federginnastica.it*
www.fgiemiliaromagna.it

FUNCTIONAL TRAINIG: l'allenamento funzionale come attività di fitness tecnico, volto a unire le caratteristiche innovative e non codificate della ginnastica funzionale con l'esperienza e la tecnica della FGI.

ACROBATICA AEREA: l'acrobatica aerea si è arricchita di esperienze ed idee nuove diventando nel tempo territorio di sperimentazione e di creazione di attrezzi diversi e di esercizi sempre più complessi che l'hanno fatta diventare ad oggi una disciplina ricchissima di possibilità

Ognuna delle sezioni sopra elencate prevede una ***dettagliata offerta formativa*** che consente di ottenere **qualifiche specifiche** su vari livelli.
La possibilità di formarsi in modo specifico costituisce un'eccellente opportunità di crescita sia per le Associazioni che si affacciano per la prima volta sul settore *Salute &Fitness* sia per le Associazioni che includono attività già avviate.
Il *DTR Salute&Fitness Elena Brunori* e il *Referente regionale per la formazione* Maria Luisa Ruspi saranno lieti di confrontarsi e approfondire dettagli tecnici relativi ai programmi e alle singole sezioni nonché informazioni concernenti il percorso didattico per la formazione dei tecnici.

IMPORTANTE!!!

In conformità con le direttive del Direttore Tecnico Nazione SF Roberto Carminucci siamo a richiedere a tutte le Associazioni che includono fra le loro attività quelle di Salute & Fitness, di trasmettere al Comitato Regionale (*cr.emiliaromagna@federginnastica.it*) i seguenti dati statistici al fine di censire la situazione relativa a questa sezione e di consentendone la crescita:

- ***Settore di interesse e/o di pratica***
- ***Nome del referente e eventuale indirizzo e.mail***
- ***Tipologia dei corsi (base, avanzato, competitivo, non competitivo)***
- ***Attrezzatura utilizzata (specifica, auto costruita, ecc…)***

A disposizione per ogni ulteriore chiarimento o informazione restiamo in attesa di Vs. gradito cenno di riscontro
Buon lavoro!

Elena Brunori
DTRSF Comitato Emilia Romagna
Cell. 333 8095439
e.mail: dtrsfemiliaromagna@libero.it