Il CTR 2021 consiste in allenamenti finalizzati alla preparazione delle competizioni GOLD

Ogni incontro funge anche da controllo tecnico pre-gara, funzionale alle varie fasi di cui è composto il campionato

STRUTTURA

Gruppo Elite

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali categoria Gold
J1-J2-J3
Max. 10 ginnaste

Gruppo B Junior Gold

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Gold
J1-J2-J3
Max. 15 ginnaste

Gruppo Elite

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali categoria Gold Senior.
Max 10 ginnaste

Gruppo B Senior Gold

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali
Gold Senior
Max. 15 ginnaste

Gruppo Elite

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali
categoria Gold A3-A4
Max. 15 ginnaste

Gruppo B Gold A3-A4

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali Gold A3-A4.
Max 15 ginnaste

Gruppo Elite

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali
categoria Gold A1-A2
Max. 15 ginnaste

Gruppo B Gold A1-A2

Ginnaste partecipanti ai campionati individuali
Gold A1-A2.
Max 15 ginnaste

Frequenza allenamenti periodici .
Ogni gruppo avrà un tecnico responsabile affiancato da 1 o 2 tecniche in fase di formazione.

Ipotesi Calendario:

Gruppo A3-A4 9 o 10 luglio dalle 9.00-13.00 14.00-17.00

23 o 24 luglio dalle 9.00-13.00 14.00-17.00

2 settembre dalle 9.00 – 13.00 14.00 - 17.00

Gruppo A1-A2 9 o 10 luglio dalle 10.00 -13.00 14.00-17.00

23 o 24 luglio dalle 9.00-13.00 14.00-17.00

2 settembre dalle 9.00 – 13.00 14.00 - 17.00

Gruppo Junior -Senior (2 sedi)

16 o 17 luglio dalle 9.00 -13.00 14.00 – 17.00

30 o 31 luglio dalle 9.00 – 13.00 14.00 – 17.00

21 settembre 9.00 – 13.00 14.00 – 17.00

Proporrei:

Una selezione di giovani allieve provenienti dal Silver livello LB – LC - LD-LE per scoprire nuovi talenti ai primi di settembre 2021.

La selezione verrà effettuata dalla DTR regionale e dalla referente regionale del Silver.

EVENTUALI MASTER DA PROPORRE SETTEMBRE/DICEMBRE:

- **ARGOMENTO: IMPOSTAZIONE DELLE DIFFICOLTA' CORPOREE APPLICATE AL NUOVO CODICE**
  (ELENA DUKOVA)

- **IMPOSTAZIONE DELLE PREACROBATICHE AFFIANCATE ALL'ESIGENZA DELLA RITMICA (?)**

- **SVILUPPO DELLE CAPACITA' MOTORIE , PSICOMOTRICITA'**
  (PROF. ALESSANDRA DI CANIO)

- **STUDIO DELLE "AD" APPLICATE AL NUOVO CODICE (TECNICO RUSSO)**