

Skate

Senigallia

Jesi

Labs

www.inlinetalent.cz

categorie
giovanissimi
esordienti
ragazzi, allievi
junior, senior

Martedì 9 - Sabato 13 aprile 2013

MARTEDI' 09

Ore 17.00 - 20,00

Jesi: Sessione Training Pattinodromo Com.le

MERCOLEDI' 10

GIOVEDI' 11

VENERDI' 12

Ore 09.00 - 12,30

Jesi: Sessione Training Pattinodromo Com.le

Ore 16.00 - 20,30

Senigallia: Sessione Training Pista 200 mt

SABATO 13

Ore 09.00 - 12,30

Jesi: Sessione Training Pattinodromo Com.le

Ore 16,30 - 20,00

Jesi: Sessione Training Pattinodromo Com.le

CARATTERISTICHE IMPIANTI

Jesi

Pista piana mt 25 x 50

superficie Vesmaco

Circuito stradale mt 400

superficie asfalto fine

Senigallia

Pista sopraelevata mt 200

superficie Vesmaco

vesmaco® tracks

FIORS



Skate

Senigallia

Jesi

Labs

skatelabs.sportitaliasrl.com

**Il perfezionamento tecnico
obiettivo principale per
finalizzare gli incrementi di
carattere fisico e organico**

Il processo di apprendimento, di formazione e di costruzione dell'atleta per raggiungere alti livelli di prestazione non può sottrarsi dalla somministrazione di informazioni sul "cosa si deve fare" e sul "come si deve fare".

La didattica utilizzata negli Skate Labs, diversificata per fasce d'età, consoliderà le informazioni tecniche necessarie ponendosi l'obiettivo di costruire atleti consapevoli.

Nei vari blocchi di lavoro, verranno proposte esercitazioni a secco sui simulativi; sui pattini, saranno stimolati tutti quei meccanismi energetici che intervengono nella prestazione (diversificando lavori di velocità e di resistenza), con modalità, quantità, intensità adeguate al periodo della preparazione.

Le richieste tecniche sempre presenti avranno carattere di miglioramento del modello tecnico e qualificheranno i lavori programmati.

Martedì 9 - Sabato 13 aprile 2013



Saranno
programmati
allenamenti
collegiali con altre
società della zona

**Vuoi partecipare
anche tu?**



EMAIL

info e iscrizioni
skatelabs@sportitaliasrl.com

vesmaco®.com

46
1966
2012
years

INLINETALENT®
children's sports specialist

