

COACH CONVENTION LIBCI



GIORNO 1 - SABATO 31 GENNAIO

Ore 14:00 - 14:10

BENVENUTO E APERTURA CONVENTION

Eva Trevisan (Presidente AIBXC) e Stefano Malaguti (Presidente LIBCI)

Ore 14:15 - 15:45

REGOLAMENTO - Relatori: Bianca Casiraghi e Andrea Frabetti

- Ripasso generale
- Spiegazione modifiche approvate
- Regole spesso dimenticate
- Domande e risposte

Ore 16:00 - 17:15

PREPARAZIONE ATLETICA E RISCALDAMENTO NEL BXC - Relatrice: Emilia Ammirato

- Sequenza del riscaldamento
- Quali muscoli allenare per il BXC
- Differenze di preparazione atletica a seconda della stagione
- Esercizi pratici

Ore 17:30 - 19:00

CORE TRAINING - Relatrice: Giuditta Carretti

- Ruolo chiave del core nella gestualità tecnica del BXC
- Testing e Training evidence-based
- Proposta pratica adattata

Ore 20:00

CENA

COACH CONVENTION LIBCI



GIORNO 2 - DOMENICA 1° FEBBRAIO

Ore 9:00 - 10:00

GESTIONE DI UNA PARTITA CON GLI OCCHI DEL MANAGER - Relatori: Ilaria Di Giulio e Francesco Volo

- Gestione dei tempi pre, durante e post gara
- Ruolo del manager ad assistenti e giocatori nella fase di attacco e in quella di difesa
- Importanza della comunicazione con atleti ciechi
- Sicurezza in campo

Ore 10:15 - 11:00

ALLENAMENTO CON POCHI VEDENTI - Relatori: Marco Corazza e Francesco Volo

- Gestione e organizzazione allenamento
- Esercizi pratici
- Coinvolgimento e responsabilizzazione degli atleti

Ore 11:15 - 12:15

NUOVE TECNICHE DI ALLENAMENTO - Relatori: Emilia Ammirato, Ilaria Di Giulio, Francesco Volo e Marco Corazza

- Esercizi specifici ideati per migliorare le performance di attacco e difesa
- Dimostrazioni pratiche

Ore 12:30 - 12:45

PREMIAZIONE COACH DELL'ANNO

Ore 12:45 - 13:00

SALUTI E CHIUSURA CONVENTION