



INVITO

Il Genova Nuoto, con il Patrocinio della Federazione Italiana Nuoto e della Regione Liguria, anticipando il Trofeo Nico Sapiro, organizza quest'anno il 31 ottobre 2014, un clinic che si terrà a Genova la mattina presso Regione Liguria - Sala di Rappresentanza via Fieschi 15 piano 11 torre A, il pomeriggio presso Piscine Sciorba- Via Adamoli 57 – Palestra piano vasca

“PREPARAZIONE ATLETICA PER IL NUOTO”

Relatore: Pero Kuterovak: preparatore atletico della squadra nazionale di Croazia di pallanuoto, medaglia d'oro alle Olimpiadi 2012 ed allenatore di nuoto

Con la partecipazione di:

- David Marsh : Assistente allenatore della squadra Olimpica Maschile alle Olimpiadi di Londra, Capo Allenatore ai Mondiali 2003, allenatore di Cullen Jones, Nick Thoman, Tyler Clary, Kirsty Coventry e Ryan Lochte

Ore 9:00 accredito partecipanti

ORE 10:00 inizio relazione: sviluppo della stabilità corporea, sviluppo della forza massima, punti di forza di conversione in abilità specifiche di attivazione dominante

ORE 13:00 COFFE BREAK

ORE 15:00 dimostrazione di allenamenti a secco con Atleti di alto livello gruppo SWIM MAC con la partecipazione di David Marsh

Ore 17:00 – 18:00 chiusura lavori e consegna attestati di partecipazione

QUOTA PARTECIPAZIONE 50€ TESSERATI FIN, 60€ NON TESSERATI da versare sul posto

ISCRIZIONI: via mail a genovanuoto@genovanuoto.net entro domenica 26 ottobre 2014 indicando: cognome e nome – indirizzo – telefono - e-mail - Team di appartenenza e ruolo

La Federazione Italiana Nuoto ha riconosciuto agli allenatori di nuoto di I e II livello per la partecipazione al Clinic un peso di 50 crediti formativi.

ed.26/09/14

Sede e Segreteria: Via Adamoli 57 - Tel. Fax 0108357081 sito web: genovanuoto.net
e-mail genovanuoto@genovanuoto.net

Partita iva: 02438180107 - Codice Fiscale: 80042670101 - Codice IBAN: IT 11 U 03104 01404 000000820474