



Corso di formazione Swiss Athletics valido come aggiornamento G+S Tenero, domenica 21.11.2021

Il CAT, in collaborazione con Swiss Athletics, organizza un corso di formazione.

Il salto con l'asta; difficile? No facile!

Contenuti

Il salto con l'asta è una delle discipline più spettacolari e attrattive dell'atletica. Oltre alle doti atletiche necessarie per la rincorsa e lo stacco si aggiunge una componente tecnica e artistica dal momento che il saltatore lascia il suolo e tenta di superare l'asticella.

Grazie a personalità come il campione olimpico e detentore del record del mondo Armand Duplantis o la svizzera Angelica Moser questa disciplina sta ottenendo sempre più attenzione da parte dei media e sta generando un grande interesse di pubblico.

Molti giovani nelle società sono interessati e motivati a praticare il salto con l'asta e vorrebbero emulare i loro idoli. Purtroppo, non tutti i club sono ben forniti di attrezzature e qualifiche specifiche per proporre questa disciplina.

E allora come fare ad avvicinare i giovani al salto con l'asta? Come possiamo fornire loro le competenze per andare più in alto? Quale approccio metodologico dovrebbe essere adottato per dare loro fiducia e superare le paure che possono avere? Come si può praticare questa disciplina con il materiale a disposizione in stadi e palestre? Quale allenamento aggiuntivo è necessario per migliorare il salto con l'asta? Queste sono alcune delle domande che verranno affrontate in questo corso.

Obiettivi

Durante il corso i partecipanti:

- ✓ apprendono vari esercizi di ginnastica in palestra per imparare e migliorare salto con l'asta.
- ✓ apprendono degli esercizi specifici nella sabbia e sulla pedana del salto con l'asta.
- ✓ apprendono diverse sequenze metodologiche per l'apprendimento del salto con l'asta.

Relatore

- ✓ Boris Zengaffinen
- ✓ Allenatore Swiss Olympic, quadro formazione di Swiss Athletics e docente di educazione fisica
- ✓ Già campione svizzero di salto con l'asta
- ✓ Allenatore di Valentin Imsand (partecipante agli Europei U20 2021 e detentore della miglior prestazione svizzera all time U18) e Justin Fournier (partecipante agli Europei U20 2021).
- ✓ Amministratore della pagina Instagramm "[zengaffinencoach](#)" con 2000 follower.

Iscrizioni

| Corso | Annuncio | Data | Giorni | Luogo | Lingua |
|--|------------|----------|--------|--------|----------|
| Il salto con l'asta; difficile? No facile! | SLV 501/21 | 21.11.21 | 1 | Tenero | Francese |
| Iscrizione: L'iscrizione avviene tramite il coach G+S. Cliccare qui e scegliere il corso in questione | | | | | |
| Termine d'iscrizione: 1 mese prima rispetto alla data del corso o fino ad esaurimento posti. Il corso è valido quale corso d'aggiornamento G+S e G+S Kids nonché e per il rinnovo dei brevetti d'allenatore Swiss Athletics A, B e C. | | | | | |

Il corso non prevede il formulario indennità perdita di guadagno (IPG):

In data 23 luglio tutti i Coach G+S hanno ricevuto un'email dall'Ufficio federale dello sport in cui si comunicava, tra le altre novità, un ulteriore prolungamento della validità del brevetto fino al 31.12.2022. Precisiamo che questa deroga è valida solo per i monitori G+S che nel 2019 hanno frequentato un corso di formazione oppure un modulo di perfezionamento G+S. Per coloro che invece hanno frequentato l'ultimo corso G+S prima o dopo il 2019, la scadenza del brevetto rimarrà invariata.

Fonte: newsletter Ufficio Cantonale dello Sport, 29.07.2021

Osservazioni:

In ottemperanza alla disposizioni gioventù e sport la partecipazione al corso è possibile solo se si è in possesso di un pass Covid o tampone validi.