

Corsi e formazione

I corsi per i bambini

I corsi per i più piccoli saranno tenuti da Leonardo Guglielmi e Vincenzo Perricci in qualità di responsabili, coadiuvati da assistenti volontari con spiccate capacità di rapportarsi con i bambini.

Il tempo a disposizione sarà suddiviso in modo tale da far accostare i bimbi allo sport e non solo!

Insieme alle **attività motorie**, utili all'acquisizione delle tecniche di base della pallavolo e allo sviluppo del senso di appartenenza ad un gruppo, proponiamo **giochi e attività divertenti** pensate per stimolare la creatività dei bimbi, conoscendo e rispettando i *4 elementi*: terra (contatto ed equilibrio in palestra e sulla sabbia del mare) aria (lo spazio nel quale la palla si sposta dopo un lancio), fuoco (metafora della passione che anima anche i più piccoli) e acqua (dissetante e divertente se usata nei giochi pensati per l'estate).

I giochi che proponiamo permettono anche di sentirsi parte integrante di un gruppo, di essere attori partecipanti di ogni attività, di collaborare con gli altri ma anche di scoprire le proprie attitudini.

I corsi per lo Staff

Saranno tenuti da relatori volontari ed organizzati in modo autonomo a seconda delle necessità e degli scopi che si vogliono raggiungere, al fine di **migliorare la formazione** dello staff. Uno degli scopi dei corsi è di sviluppare un *buon livello di sensibilità* per le attività nelle quali si collaborerà.

Tariffe

I corsi per lo staff sono a carico dell'Associazione e nessun contributo sarà chiesto ai partecipanti.

Per informazioni Troiani: 348.4120421 - Guglielmi: 347.632.0264 sede 0721.1790486

Corsi di Minivolley

I corsi sono sviluppati per sviluppare alcuni fondamentali con l'utilizzo della palla, della rete e di alcune regole del gioco della pallavolo senza per questo puntare ad una specializzazione precoce.

I bambini avranno la possibilità di sviluppare gradualmente l'entusiasmo verso la pallavolo e le capacità individuali, di interagire con l'altro e con il gruppo in situazioni strutturate e opportunamente guidate dall'insegnante.

Ulteriore obiettivo è quello di educare i bambini a partecipare alle attività nel rispetto del compagno e delle regole del gioco/sport. Ci si "allena" due volte a settimana nelle palestre comunali che richiederemo a seconda delle necessità/disponibilità. **I primi due incontri sono di PROVA.**

La retta mensile del 2009 è di 40 € e non è prevista alcuna quota associativa. Per le iscrizioni annuali ai corsi di minivolley è prevista la consegna della divisa da gioco composta da tuta, maglietta, pantaloncino e zainetto.

A seconda dell'età sarà necessario versare, solo una volta all'anno, una piccola quota tesseramento che varia dai 5 € ai 15 €, necessaria per la copertura assicurativa. Assicurazioni supplementari, del costo massimo di 30 €, potranno essere stipulate direttamente con la FIPAV tramite l'Associazione. Su richiesta, verrà fornita tutta la documentazione in merito.

Corso Campo Scuola estivo

Il SUMMER CAMP è rivolto a bambini di età compresa tra i 7 e 11 anni. L'obiettivo di tale attività è il divertimento, la socializzazione attraverso il gioco, stimolare la collaborazione e l'apprendimento.

Giornata tipo

8:00 - 8:30	arrivo in spiaggia (accoglienza)
9:00 - 13:00	attività sportiva e attività ludico-creative con pausa merenda al sacco
13:30 - 14:00	saluti e ritorno a casa *

* **I genitori dei bambini iscritti al CAMP** potranno affittare gli ombrelloni e approfittare dei servizi dello stabilimento continuando a vivere la spiaggia insieme a noi con le attività pomeridiane per ragazzi e adulti.

Attività sportive in programma

Minivolley in acqua

L'attività è senza dubbio tra le più complete e formative perché prevede, oltre all'apprendimento delle tecniche e delle regole di base, l'ambientamento in acqua. Per i più piccoli il filo conduttore di tutto questo è il gioco, il linguaggio comune attraverso il quale si riesce a superare piccole paure divertendosi.

Pallavolando

Ai bambini verranno fornite le indicazioni basilari per praticarlo sotto forma di attività ludica che prevede comunque l'acquisizione di nozioni base sui fondamentali. Per i più grandi verranno allenate le abilità individuali e di squadra giocando.

Creando Giocando

Sono attività e giochi di gruppo che proponiamo per sviluppare la capacità di collaborazione e la creatività individuale.

C'era una volta

E' lo "spazio riservato" ai più piccoli che avranno modo di riposarsi sotto l'ombra, lasciando spazio a fantasia ed immaginazione, attraverso racconti e fiabe.

DURATA - La durata del CAMP è di tre settimane esclusi i sabati e le domeniche.

COSTI - Il costo è di € 220 e comprende disponibilità di 1 campo da gioco, 4 ombrelloni per il gruppo, 1 cabina, con copertura assicurativa, maglietta e cappellino per tutti.

MERENDA - Per la merenda ogni bambino sarà autosufficiente: consigliamo i genitori di preparare un sacchetto per i propri figli con *frutta, merendina/panino e comunque sempre acqua o succhi*.

PREISCRIZIONI

Si aprono il **1 APRILE** e assicurano una riduzione del **10%** mentre una riduzione ulteriore del **5%** è riservata a chi iscrive più di un figlio. Il corso è a numero chiuso (massimo 20 bambini).

N.B.: I SUMMER CAMP iniziano dal 25/05 e si concludono il 13/09 del 2009 compresi, con una pausa delle attività dal 10/08 al 23/08. Le date possono subire piccole variazioni per necessità organizzative.

Informazioni utili per i genitori saranno date durante gli incontri di presentazione che si terranno nei mesi di aprile e maggio.

Corsi di Beach Volley

I corsi di beach volley sono rivolti a bambini, ragazzi e adulti sia principianti che esperti. Hanno lo scopo di migliorare sia la tecnica che la tattica di gioco. Sono tenuti nel pomeriggio da allenatori qualificati.

I NOSTRI CORSI

➤ Corso principianti (maschile e femminile)

ha lo scopo di fornire le prime nozioni sul beach volley. E' adatto a persone che si avvicinano per la prima volta a questo sport o che hanno desiderio di migliorare la tecnica sui singoli fondamentali. In base al numero di partecipanti e alle diverse esigenze di orario il corso potrà essere misto.

➤ **Corso giovani** (maschile e femminile)

Il corso ha l'obiettivo di migliorare la tecnica di gioco e di completare l'eventuale allenamento svolto in palestra. L'attività andrà a sviluppare la capacità di gestire le diverse situazioni di gioco, migliorerà l'esecuzione di tutti i fondamentali, allenando anche quelli trascurati a causa della specializzazione dei ruoli tipica della pallavolo indoor. Il corso potrà essere misto.

➤ **Allenamento guidato con istruttore (UNDER13/UNDER16) (UNDER18/ADULTI)**

Gli allenamenti guidati sono rivolti a persone che hanno già acquisito la tecnica di base. In questo caso durante l'allenamento si vanno ad analizzare i diversi fondamentali in particolare sottolineando le differenze con la pallavolo indoor. Gli esercizi sono rivolti al perfezionamento nell'esecuzione del gesto tecnico singolo in situazioni di gioco normali e in situazioni di gioco particolari per stimolare la capacità di reazione. Si analizzano aspetti avanzati della disciplina che riguardano la posizione in campo, la correlazione tra muro e difesa e l'adattamento della tattica offensiva nelle varie situazioni di gioco..

➤ **Personal Training** (da 1 a 4 atleti)

A differenza degli allenamenti, le Personal Training di Beach Volley sono rivolte ad un numero inferiore di atleti. Si ha l'opportunità di migliorare le proprie capacità atletiche e l'affiatamento di coppia in campo. La lezione viene strutturata in funzione del livello dei partecipanti per migliorare sia la tecnica che la tattica. La lezione è rivolta a chi ha una conoscenza di base e ai giocatori più esperti. L'orario delle lezioni è fissato e concordato direttamente con l'allenatore.

Costi e durata dei corsi

La quota per gli **adulti** è di **€ 130** - La quota per i **ragazzi/bambini** è di **€ 110**. Ogni corso dura tre settimane, prevede tre lezioni a settimana e comprende la partecipazione ad un torneo finale.

Lezioni individuali (durante la stagione estiva) **1 atleta** 20€ - **2 atleti** 30€ - **3 atleti** 40€ - **4 atleti** 50€

I costi si possono ridurre se ci si iscrive ad almeno 10 lezioni.

La quota d'iscrizione comprende il tesseramento, la copertura assicurativa e il gadget di benvenuto.

N.B.: per gli iscritti ai corsi sono a disposizione 4 ombrelloni con lettino, la cabina spogliatoio, docce calde e fredde. Sarà possibile usare liberamente i campi che non sono impegnati dalle attività e dalle lezioni in programma.