

OFFERTA DI ALLENAMENTO DEI CENTRI REGIONALI DI PRESTAZIONE E DEI CENTRO NAZIONALE DI PRESTAZIONE

GESTIONE DEL TEMPO OTTIMALE PER ALLENAMENTO CRP/CNP	
Start Form Atleti T3 Allenamento CRP nel 1. anno <ul style="list-style-type: none"> Un'unità di allenamento di 3 ore a settimana (40 settimane all'anno) Inoltre, per scolari Label un allenamento a settimana di 3 ore (40 settimane all'anno) Forza e condizione: 2 ore al mese 	Standard Form Atleti T3, T3Ü, T4-J Allenamento CRP dal 2. anno <ul style="list-style-type: none"> Due unità di allenamento di 3 ore a settimana (40 settimane all'anno) Inoltre, per scolari Label un allenamento a settimana di 3 ore (40 settimane all'anno) Forza e condizione: 2 ore al mese
CNP Form 1 Atleti T3, T4-J Allenamento CRP dal 2. anno <ul style="list-style-type: none"> Un'unità di allenamento di 3 ore a settimana (40 settimane all'anno) Inoltre, per scolari Label un allenamento a settimana di 3 ore (40 settimane all'anno) 6 allenamenti di 2 giorni al CNP ripartiti su tutto l'anno incl. forza e condizione 2 settimane di allenamento a 5 giorni al CNP incl. forza e condizione 	CNP Form 2 Atleti T4-J, T4 High Potential, Allenamento CRP dal 2. anno <ul style="list-style-type: none"> Un'unità di allenamento di 3 ore a settimana (20 settimane all'anno) Inoltre, per scolari Label un allenamento a settimana di 3 ore (40 settimane all'anno) 6 allenamenti di 2 giorni al CNP ripartiti su tutto l'anno incl. forza e condizione 6 settimane di allenamento a 5 giorni al CNP incl. forza e condizione
CNP Form 3 Atleti T4-J, T4 High Potential (pianificato dall'agosto 2021) <ul style="list-style-type: none"> Vivere e abitare in una cooperativa residenziale o con una famiglia ospitante a Bienne o Maccolin Scuola, formazione, formazione continua o lavoro a Bienne o Maccolin 5 allenamenti di 4 ore a settimana 4 ore di forza e condizione a settimana 	CNP Form 3 L'atleta paga al massimo CHF 6000 alla FST 880 ore di tiro all'anno
CRP: 1/2 dei costi totali pagati dall'atleta costi aggiuntivi: mass. CHF 1000 alla FST 240-360 ore di tiro all'anno	CRP: 1/4 dei costi totali pagati dall'atleta, costi aggiuntivi: mass. CHF 2000 alla FST 300-420 ore di tiro all'anno
CRP: costi totali pagati dall'atleta 240-360 ore di tiro all'anno	CRP: 1/2 dei costi totali pagati dall'atleta, costi aggiuntivi: mass. CHF 1000 alla FST 240-360 ore di tiro all'anno
CRP: 1/2 dei costi totali pagati dall'atleta 120-240 ore di tiro all'anno	CRP: 1/2 dei costi totali pagati dall'atleta, costi aggiuntivi: mass. CHF 2000 alla FST 300-420 ore di tiro all'anno

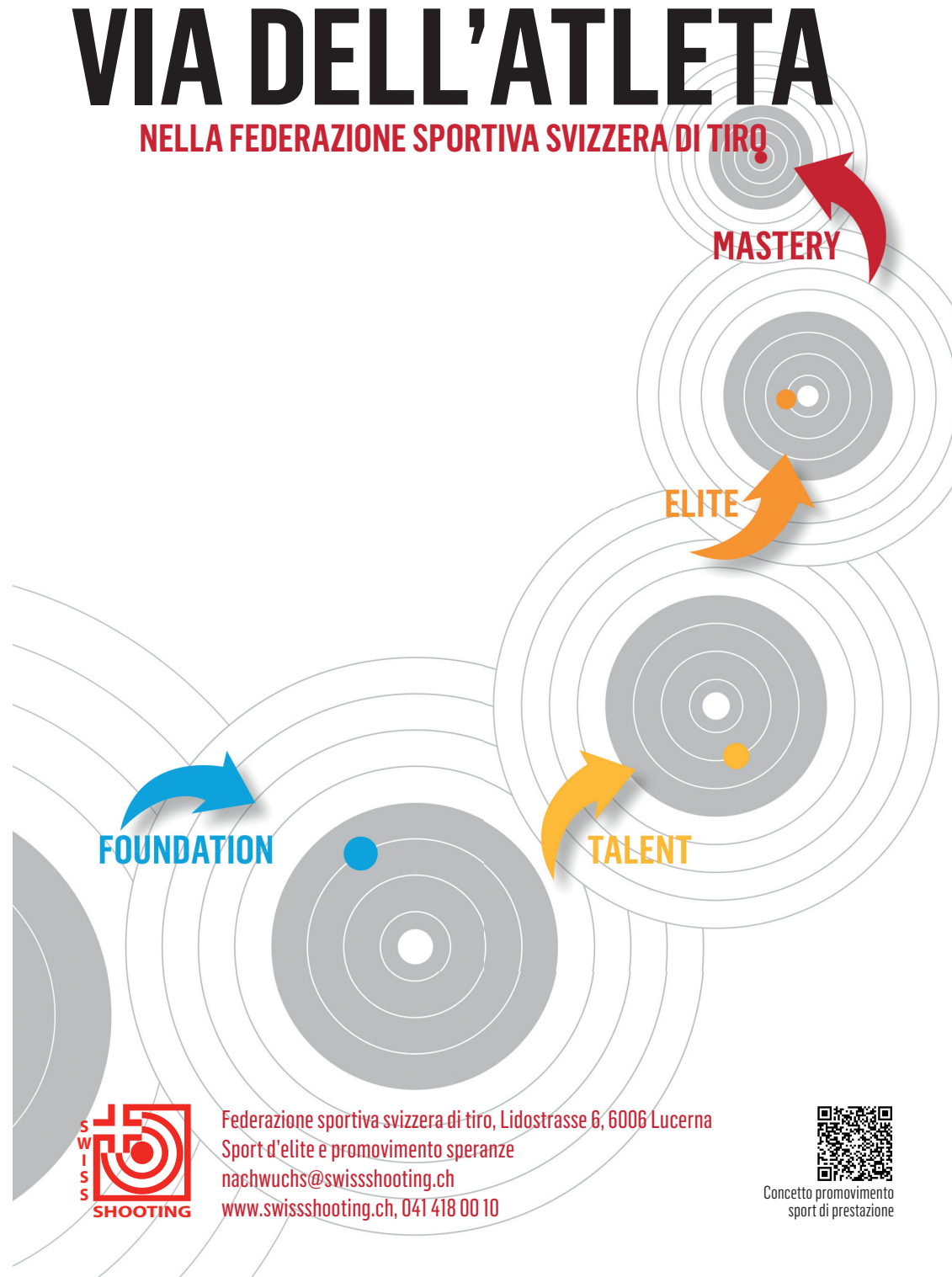


Centri regionali di prestazione a Losanna, Schwaderau, Lucerna, Fitzbach e Teufen
 Ulteriori informazioni: www.swissshooting.ch/it/nachwuchs

Edizione marzo 2020

VIA DELL'ATLETA

NELLA FEDERAZIONE SPORTIVA SVIZZERA DI TIRO



Federazione sportiva svizzera di tiro, Lidostrasse 6, 6006 Lucerna
 Sport d'élite e promovimento speranze
nachwuchs@swissshooting.ch
www.swissshooting.ch, 041 418 00 10



Concetto promovimento sport di prestazione

Strutture della via dell'atleta nel tiro sportivo di prestazione

FTEM	FOUNDATION (SOCIETÀ)			TALENT				ELITE		MASTERY			
	F1	F2	F3	T1	T2	T3	T4	E1	E2	M			
Parola chiave				Dimostrare il potenziale	Confermare il potenziale	Allenarsi e raggiungere gli obiettivi	Sfondare ed essere ricompensati	Rappresentare la Svizzera a livello internazionale	Successo a livello internazionale	Dominare una disciplina sportiva			
Competizione internazionale	<p>Scoprire ed apprendere discipline di tiro sportivo come forme di base polisportive come attività durante le pause durante lezioni regolari per principianti nelle società.</p> <p>Applicare e variare gli elementi tecnici imparati. Allenamento complessivo e regolare. Motivato per le competizioni.</p> <p>Impegnarsi in ulteriori discipline o posizioni. Motivati per ulteriori unità di allenamento. Durante le competizioni, mettere in pratica quanto appreso.</p>								EG, GO				
											CdM, CE, CM (da 16 anni)		
									IWK, CEJ, CMJ (15-20 anni), YOG (16-18 anni)				
									IWK (da 15 anni attraverso selezione Shooting Masters)				
Card/ struttura dei quadri													
Carico orario settimanale	1+	3+	5+	6+	6+	13+	12-16+	25+	35+	40+			
Numero di competizioni/anno		1	1	2	3	10	13	13	13	13			



Poster: «La via dell'atleta»

Scuola/formazione/lavoro/studio

Soluzione scolastica necessario o per lo meno consigliata della fase T3, CRP (da 15 anni)

L'ambito Sport d'élite e Promovimento speranze FST come pure il consulente dei centri regionali di prestazione CRP sono a disposizione come consulenti/coach e supportano le atlete e gli atleti.

Swiss Olympic Cards

Validità: Talent Cards (locale, regionale, nazionale): 01.10.-30.09.
Elite Cards (Elite, Bronzo, Argento, Oro): 01.10.-30.09.

Età: Talent Card regionale: ca. 15-22 anni
Talent Card nazionale: ca. 16-20 anni

- CdM Coppa del mondo
- CE Campionati europei
- CEJ Campionati europei juniores
- CM Campionati del mondo
- CMJ Campionati del mondo juniores
- EG European Games
- GO Giochi Olimpici
- IWK Competizione internazionale
- YOG Youth Olympic Games