

Corso Aiuto Allenatore

1° Livello S.N.A.Q.

Roma - Forum Sport Center
3 - 6 Dicembre 2026

PROGRAMMA CORSO:

E' indispensabile prendere visione PRIMA dell'inizio delle attività in aula le seguenti lezioni online su piattaforma FAD:

- Il sistema sportivo nazionale e internazionale
- FIN: statuto, regolamento organico, carte federali
- Regolamento tecnico nuoto
- Regolamento tecnico nuoto in acque libere
- Regolamento tecnico pallanuoto
- Regolamento tecnico nuoto artistico
- Regolamento tecnico nuoto per salvamento
- Principi di somministrazione del carico
- Organizzazione della seduta di allenamento
- Capacità motorie
- Ruolo e responsabilità del tecnico
- Teoria della comunicazione
- Gestione delle condizioni di sicurezza degli atleti.
- Sport e normativa a tutela dei minori e per la prevenzione e il contrasto ad abusi e discriminazioni. (safe guarding)

Aula / Piscina – Giovedì 3 Dicembre

08.00-08.30	Accredito e consegna materiali
08.30-09.00	Saluti autorità e Figura e ruolo dell'Aiuto Allenatore Gianpiero Mauretti - Ippolita Stinchelli - Luca Rasi
09.00-10.30	Avviamento all'attività agonistica, Teoria dell'allenamento, somministrazione di test motori Luca Rasi
10.30-11.00	Intervallo
11.00-12.30	Avviamento all'attività agonistica, Teoria dell'allenamento, somministrazione di test motori Luca Rasi
12.30-13.30	Valutazione e osservazione di base del comportamento tecnico e tattico Ippolita Stinchelli
15.00-17.00	Nuoto in acque libere: tecnica e tattica (teoria) Roberto Marinelli
17.00-17.30	Intervallo
17.30-19.30	Nuoto in acque libere: tecnica e tattica (in piscina) Roberto Marinelli

Aula / Piscina – Venerdì 4 Dicembre

08.30-10.30	Pallanuoto: tecnica e tattica (teoria) Massimo Tafuro
10.30-11.00	Intervallo
11.00-13.00	Pallanuoto: lezioni pratiche (in piscina) Massimo Tafuro
15.00-17.00	Nuoto artistico: tecnica e tattica (teoria) Laura De Renzis
17.00-17.30	Intervallo
17.30-19.30	Nuoto artistico: lezioni pratiche (in piscina) Paola Celli

Aula / Piscina – Sabato 5 Dicembre

08.30-10.30	Nuoto per salvamento e salvamento didattico: lezioni pratiche (teoria) Adriano Ferrarato
10.30-11.00	Intervallo
11.00-13.00	Nuoto per salvamento e salvamento didattico: tecnica e tattica (in piscina) Adriano Ferrarato
15.00-17.00	Nuoto: tecnica e tattica (teoria) Aurelio Messina
17.00-17.30	Intervallo
17.30-19.30	Nuoto: lezioni pratiche (in piscina) Ippolita Stinchelli

Aula – Domenica 6 Dicembre

08.00-11.00	Lavori di gruppo Adriano Ferrarato – Aurelio Messina – Luca Rasi – Ippolita Stinchelli
11.00-13.00	Presentazione lavori di gruppo Adriano Ferrarato – Aurelio Messina – Luca Rasi – Ippolita Stinchelli
13.00-13.30	Conclusioni e chiusura corso Adriano Ferrarato – Aurelio Messina – Luca Rasi – Ippolita Stinchelli

Gianpiero Mauretti	Presidente C.R. Lazio- FIN
Paola Celli	Docente Regionale SIT
Adriano Ferrarato	Docente Regionale SIT
Laura De Renzis	Docente Nazionale SIT
Roberto Marinelli	Docente Regionale SIT
Aurelio Messina	Docente Regionale SIT
Luca Rasi	Docente Nazionale SIT
Ippolita Stinchelli	Docente Regionale SIT
Massimo Tafuro	Docente Nazionale SIT

Segreteria organizzativa SIT C.R.Lazio-FIN: *Alessandro Tangolo*

NOTE ORGANIZZATIVE

Per informazioni *COMITATO REGIONALE LAZIO - FIN* **06/3222955** sit.crlazio@federnuoto.it

Le iscrizioni si effettuano attraverso il portale amministrativo <http://portale.federnuoto.it>

CODICE CORSO N. 31

Il corso si svolgerà presso il *FORUM SPORT CENTER* Via Di Cornelia, 493 – 00166 ROMA. (www. <https://www.forumroma.it>)

CONVENZIONI CON:

- Pasti presso Ristorante del FORUM SPORT CENTER (prenotazione obbligatoria in sede).
- HOTEL SELVA CANDIDA via di Selva Candida 200, 00166 Roma. Per info e contatti :06 615 7211 info@hotelselvacandida.it (specificare CONVENZIONE FORUM S.C.)

SETTORE ISTRUZIONE TECNICA

COMITATO REGIONALE LAZIO - FIN