



## BOZZA PROGRAMMI DI LAVORO PER LA STAGIONE 2022/2023

### CATEGORIA SUPERBABY 2 (ANNO DI NASCITA 2015)

#### SHUTTLE

##### Periodo autunnale:

- Continua l'atletica (due allenamenti a settimana).
- E' fortemente consigliato svolgere altre attività sportive nel periodo autunnale (qualsiasi sport) – questo serve anche a prevenire gli infortuni.
- A partire novembre fino a metà dicembre sono previsti 1/2 allenamenti settimanali specifici di ginnastica presciistica con un ns. allenatore (*location* variabile in relazione al meteo e alla disponibilità palestra). Si chiederà la preferenza alle famiglie per decidere le giornate di allenamento.
- Nel corso di novembre sono previste 2 giornate sugli sci (tendenzialmente a Moelltaler o Sesto).

##### Periodo invernale/primaverile:

- Continua l'atletica (due allenamenti a settimana).
- A partire da dicembre e fino a fine marzo, sono previsti 2 allenamenti settimanali sugli sci (sabato e domenica).
- Per le vacanze di Natale sono previste n. 10 giornate sugli sci.
- Si prevede la partecipazione alle gare Fisi del circuito regionale e alle gare promozionali (l'allenatore valuterà l'opportunità di partecipare o meno a tutte le gare o meno).
- Vista le ottime condizioni primaverili degli ultimi anni, si prevede di sciare, una volta alla settimana, per tutto il mese di aprile.

In totale sono previste n. 45 giornate sugli sci circa.

##### **NOTE:**

*questo gruppo sarà dotato dei mezzi per il trasporto dei bambini. Alcuni allenamenti saranno svolti in autonomia, altri assieme al gruppo Baby, a seconda delle esigenze. E' importante dotare i bambini della attrezzatura adeguata (sci da Gigante) in legno – misure da concordare con gli allenatori).*

*C'è la possibilità di ottenere dallo sciclub sci in legno a noleggio (100€ a stagione).*

*Il programma dettagliato è in corso di definizione e verrà formulato in via definitiva anche tenendo conto delle esigenze e preferenze espresse dai genitori.*

*Gli allenamenti sono pensati in modo tale da consentire, a chi ne ha voglia, di sciare il più possibile. Ciascuno sarà poi libero, a seconda delle esigenze e impegni, di partecipare più o meno assiduamente.*