



Il coordinamento pallavolo del comitato lazio sud-est è lieto di comunicare l'indizione del:

I CORSO ALLENATORI UISP

PROGRAMMA DEL CORSO:

1° Incontro - Sabato 8 Marzo 2014:

Modulo 1 - ore 15.00-16.30 - Relatore: **Carlo Colizza**

I vari tipi di Battuta e la loro progressione didattica, differenze tra bagher di ricezione e di appoggio; dal palleggio all'alzata, fasi di sviluppo del fondamentale.

Modulo 2 - ore 16.30-18.00 - Relatore: **Carlo Colizza**

La progressione didattica dell'Attacco, Tecnica di Muro e di difesa e correlazione muro-difesa.

2° Incontro - Sabato 22 Marzo 2014:

Modulo 3 - ore 15.00-17.00 - Relatore: **Enrico Russo**

Programmazione e periodizzazione anno sportivo e modelli di prestazione.

Modulo 4 - ore 17.00-18.00 - Relatore: **Enio Scopetta**

Regolamento di gioco e falli di posizione. Corretta compilazione referto arbitrale.

3° Incontro - Domenica 30 Marzo 2014:

Modulo 5 - ore 09.00-11.00 - Relatore: **Marco Caponera**

Micro e macro periodizzazione del potenziamento fisico nel pallavolista.

Modulo 6 - ore 11.00-13.00 - Relatore: **Fabio Barigelli**

Patologie muscolo-scheletriche più comuni legate alla pratica della pallavolo: come evitarle e individuare i primi sintomi.

Per maggiori informazioni o chiarimenti sul regolamento e sullo svolgimento del corso si rimanda al comunicato ufficiale pubblicato dal comitato pallavolo UISP Lazio Sud-Est

Responsabile del corso: **Diego Caponera** (Responsabile Settore Tecnico Allenatori)

TUTTI I MODULI SI SVOLGERANNO PRESSO I LOCALI DELLA PALESTRA DEL LICEO SCIENTIFICO "B.TOUSCHEK" IN VIALE KENNEDY, GROTTAFERRATA.

LA PALESTRA E' GENTILMENTE MESSA A DISPOSIZIONE DALL' A.S.D. CITTA' DI FRASCATI VBC

PER INFORMAZIONI: web: www.uisp.it/laziosudest/ e-mail: pallavolo.laziosudest@uisp.it facebook: Pallavolo UISP LAZIO Sud-Est

A Marzo 2014 corso per allenatori di pallavolo a Grottaferrata

A partire da sabato 8 Marzo presso la Palestra annessa al Liceo Scientifico "Touschek"• di Grottaferrata, viale Kennedy, si terrà il primo corso per allenatori di pallavolo del Comitato UISP Lazio Sud Est. Il corso è curato da Diego Caponera, e segue scrupolosamente le indicazioni della Lega Nazionale Pallavolo UISP. Per ulteriori informazioni o preannuncio di iscrizioni utilizzare i seguenti contatti:

3312520895 (Guglielmo Ciurlante, Consigliere Nazionale UISP Pallavolo) 3478859243 (Diego Caponera, responsabile Settore Tecnico Allenatori) 3931777510 (Mariano Priori, coordinatore del Comitato Territoriale Lazio Sud Est per la Pallavolo).

Ricordo che le iscrizioni saranno formalizzate sabato 8 presso la palestra Touschek. Per preannunciare l'iscrizione è possibile anche inviare una mail ai seguenti indirizzi di posta elettronica: guglielmociurlante@yahoo.it diegocaponera@yahoo.it pallavolo@iciesse.net.

[Read More](#)