

## **Corso di formazione per coordinatore gruppi o per tecnici/allenatori di Trail Running**

Il Comitato Territoriale UISP Imola Faenza APS in collaborazione con la S.d.A. Atletica Leggera Regionale e Nazionale ed con il benestare del Comitato Regionale Uisp Emilia Romagna, organizza un corso di formazione per Operatori Sportivi/Coordinatori Gruppi o per Tecnici/Allenatori di Trail Running.

**Obiettivo:** formare figure in grado di programmare, pianificare, gestire, coordinare, presiedere, condurre, allenamenti di Trail Running sia all'interno di manifestazioni sportive dedicate a questa disciplina sia in società sportive che raggruppano atleti che vi si dedicano.

Il **Trail Running** è una attività sportiva che accomuna la predilezione per la corsa, la passione per i sentieri, (in montagna, pianura, deserto, bosco, o collina), i percorsi stradali ed il rispetto per l'ambiente. Forte è infatti il protocollo che accosta questi elementi a tal punto da non poter pensare a questa disciplina senza la presenza di tutti questi aspetti contemporaneamente.

L'idea di organizzare uno specifico corso verticale parte dalla necessità di qualificare all'interno della Uisp specifiche figure che si dedichino all'insegnamento di una tale disciplina, fornendo loro le informazioni basilari affinché si affermi la globale cultura che si cela dietro alla attività di T.R.

Non si tratta solo di essere esperti nel correre o nella metodologia dell'allenamento, bensì di coniugare questi due requisiti con altri contenuti che ad essa afferiscono: meteorologia, programmazione, alimentazione, gestione dei gruppi, concetto di sicurezza, orientamento ecc...

### **Al corso possono iscriversi:**

- A) i Laureati in Scienze Motorie, i Diplomatici Isef, i tecnici in possesso di altri brevetti coerenti con l'attività di riferimento (es.: istruttore/allenatore Fidal).
- B) Atleti e dirigenti interessati con un'esperienza pluriennale nel settore (previa presentazione di curriculum sportivo, che sarà opportunamente visionato dalla commissione formativa).
- C) Praticanti trail con un'esperienza pluriennale nel settore (allegare curriculum sportivo che sarà opportunamente visionato dalla commissione formativa) che vogliono arricchire il proprio baglio culturale attraverso appositi moduli formativi (sicurezza, orientamento, alimentazione, materiali ecc...) per una maggiore consapevolezza della disciplina, indipendentemente dal "gestire" gruppi di persone.

**Condizioni:** per poter aderire al corso occorre avere la maggiore età ed essere soci Uisp in regola in regola con il tesseramento 2020 (tessere emesse dopo il 1° settembre 2019).

Il corso verrà attivato a raggiungimento del numero minimo previsto in 25 allievi iscritti.

### **Costo corso:**

- **210 euro** corso completo. *U.D.B. Unità Didattiche di Base* (modulo obbligatorio come da programma Formazione nazionale) + *Corso per qualifiche tecniche* di 1° livello (Operatore Sportivo/Coordinatore gruppi T.R.) o di 2° livello (Tecnico/Allenatore T.R).
- **30 euro** costo del corso delle sole U.D.B. Unità Didattiche di Base
- **180 euro** costo del corso per le qualifiche tecniche di 1° o 2° livello (per i candidati che hanno già frequentato un corso UDB).

Sconto 10% sul costo corso ai nuovi Soci Uisp appartenenti al CAI

### **Versamento quota iscrizione**

Bonifico intestato a *Comitato UISP Terr.le Imola Faenza*

Causale "cognome e nome; corso completo UDB+T.R" oppure "cognome/nome corso formazione tecnici T.R." oppure "cognome/nome corso UDB":

**Iban: IT33E0200821000 000010462601**

Al fine di potere effettuare l'iscrizione occorre:

1. Compilare la scheda di iscrizione allegata;
2. Effettuare il pagamento come da indicazioni precedenti;
3. Inoltrare via mail la scheda e la ricevuta del pagamento al seguente indirizzo: **imola@uisp.it**
4. L'iscrizione dovrà pervenire entro e non oltre il **3 febbraio 2020**

**SPECIFICA:** Per accedere al TEST TEORICO FINALE e conseguire la qualifica è obbligatorio presenziare a tutte le lezioni in programma.

Il **test teorico** sarà differenziato in base ai requisiti iniziali di ogni corsista.

I candidati, con i requisiti d'iscrizione descritti al punto "A", se supereranno positivamente tutti i test d'uscita, saranno inquadrati con la qualifica livello 2 di **TECNICO/ALLENATORE di Trail Running UISP Nazionale**. I candidati, con i requisiti d'iscrizione descritti al punto "B" e "C", se supereranno positivamente tutti i test d'uscita, saranno inquadrati con la qualifica Livello 1 di **OPERATORE SPORTIVO/COORDINATORE GRUPPI nella disciplina del Trail Running UISP Nazionale**.

Per entrambi i livelli sarà consegnato l'opportuno attestato nazionale (di Tecnico/allenatore di Trail Running UISP Nazionale o Operatore Sportivo/Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running UISP Nazionale) riconosciuto ai fini associativi ed istituzionali dalla Uisp su tutto il territorio nazionale.

I candidati che non dovessero superare i test d'uscita, potranno ripeterli, in forma gratuita, in un qualsiasi altro corso nazionale Uisp di Trail Running (da tecnico/allenatore o coordinatore gruppi).

Ricordiamo che i candidati che otterranno la qualifica di **Coordinatore gruppi nella disciplina del Trail Running, come descritto dal regolamento nazionale della Formazione d'Atletica Leggera, dopo 3 anni d'attività pratica opportunamente documentata ed avallata dal proprio dirigente/presidente di società sportiva uisp (o da altri dirigenti/presidenti di società sportive uisp)** potranno ambire ad ottenere previo il superamento della verifica teorica la qualifica superiore.

**Programma corso di Formazione  
per coordinatore di gruppi o tecnici/allenatori di Trail Running**

**1° week end (16 ore)**

*sede del CAI sez. di Imola, via Q. Cenni, 2 Imola*

**Sabato 8 febbraio 2020**

*Ore 9.00 ritrovo e accreditamento*

*Ore 9.30 Unità Didattiche di base - Cos'è la UISP: storia, mission, scopi e finalità.*

*Docente Nino Villa Dirigente Comitato Terr.le Imola Faenza*

*Ore 12.30 sospensione*

*Ore 14,30 Elementi base di anatomia e traumi/patologie nel TrailRunning.*

*Docente Dott.ssa Guerrini Laura*

*Ore 19,00 fine lavori*

**Domenica 9 febbraio 2020**

*Ore 9.00 ritrovo*

*Ore 9.30 La sicurezza in ambiente naturale (prima parte): il concetto di primo soccorso, gestione delle emergenze, automedicazione in ambiente non protetto, le patologie specifiche.*

*Docente Dott.ssa Guerrini Laura medico e nutrizionista*

*Ore 11,30 La base della alimentazione nelle diverse stagioni prima durante e dopo l'allenamento/gara.*

*Docente Dott.ssa Guerrini Laura medico e nutrizionista*

*Ore 13,30 sospensione*

*Ore 14.30 Unità Didattiche di base – Aspetti giuridici, amministrativi e fiscali. Tutela della salute.*

*Docente Ferri Simona Avvocato e dirigente Comitato Terr.le Imola Faenza*

*Ore 19.00 chiusura lavori*

**2° week end (15.00 ore)**

sede del CAI sez. di Faenza Corso Matteotti, 4/3 – Faenza

**Sabato 15 febbraio 2020**

Ore 09.00 ritrovo e accreditamento

Ore 09.30 Il Regolamento del Trail Running UISP

Docente Mainini Christian Resp. Formazione S.d.A. Atletica Leggera UISP Nazionale

Ore 12.30 sospensione

Ore 14.30 Elementi base di teoria e metodologia dell'allenamento Docente Monica Risaliti Preparatrice atletica

Ore 18.30 chiusura lavori

**Domenica 16 febbraio 2020**

Ore 9.00 ritrovo e accreditamento

Ore 9.30 Elementi specifici di teoria e metodologia dell'allenamento. Docente Monica Risaliti Preparatrice atletica

Ore 13.30 sospensione

Ore 15.00 Elementi base della comunicazione interpersonale; ruolo e compiti del Coord. Gruppi di Trail Running.

Docente Davi Massimo Resp. Formazione UISP Emilia Romagna Formatore Nazionale Uisp

Ore 19.00 chiusura lavori

**3° week end (13 ore)**

sede del CAI sez. di Faenza Corso Matteotti, 4/3 – Faenza

**Sabato 29 febbraio 2020**

Ore 8.45 ritrovo e accreditamento

Ore 9.00 Elementi base di orientamento: cartografia, percorsi, strumenti Docente Castaldi Maria Teresa

Ore 11.00 Unità Didattiche di base: le politiche della UISP

Docente Lanzon Paola Direttrice Comitato Territoriale Imola Faenza

Ore 13.30 sospensione

Ore 14.30 ripresa lavori La sicurezza in ambiente naturale (seconda parte): dove vado, che tempo farà, come mi attrezzo. Docente Monti Orfeo Istruttore sezionale CAI di alpinismo

Ore 16.30 I materiali da gara e da escursione: fra tradizione e innovazione.

Docente Monti Orfeo Istruttore sezionale CAI di alpinismo

Ore 18.30 chiusura lavori

**Domenica 1 marzo 2019**

Ore 9.00 ritrovo e accreditamento

Ore 9.30 Il concetto di sostenibilità nella gestione dei gruppi e nell'organizzazione di eventi sportivi in ambiente naturale. Docente Claysset Manuela Presidente Consiglio Nazionale UISP

Ore 12.00 sospensione

Ore 14.00 Test di verifica teorico

Ore 15.00 uscita in ambiente con test di verifica pratico

Ore 18.00 chiusura

**SCHEDA DI ISCRIZIONE**  
**Programma corso di Formazione**  
**8 febbraio – 1 marzo 2020**

Cognome e Nome .....

Via ..... N° .....

Città ..... Cap ..... Prov.....

Luogo e data di nascita .....

Titolo di studio .....

Tel. .... Email .....

N° Tessera UISP (obbligatorio) ..... Comitato .....

Struttura di attività: .....

**Corso Unità Didattiche di Base**

**1° Livello "Accompagnatore gruppi"**

**2° livello "Tecnici/Allenatori"**

ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 28/12/2000, n. 445 autocertifico di essere in possesso di laurea in Scienze motorie o Diploma ISEF

*Si autorizza l'utilizzo dei dati personali ai soli fini organizzativi ai sensi della legge artt.13 e 23 del D.Lgs 196/2003*

*Firma*

.....

data .....