



PROGRAMMA 2009/2010

Il programma dello Sci Club Lanciotto prevede un'attività addestrante con corsi per ragazzi e adulti (genitori), ed un'attività finalizzata al settore agonistico che è strutturata con allenamenti e gare a partire dai nati nell'anno 2002, per tutte le categorie previste dalla Federazione Nazionale, gestito da un pool di Allenatori Federali, di Sci Club e Maestri di Sci di ultima generazione. Al fine di raggiungere obiettivi prefissati che prevedono, sciata in sicurezza ed equilibrio, tramite l'insegnamento della tecnica sciistica, fino alla preparazione degli atleti in età, all'agonismo ed alla competizione.

Per questo scopo viene applicata una "metodologia d'insegnamento" moderna, particolareggiata nei dettagli, specifica per ogni gruppo di lavoro, prevedendo un interscambio di gruppi e tecnici, al fine del massimo apprendimento del lavoro svolto.

Avviamento all'attività sportiva che può essere sì agonistica, ma anche ricreativa, con scoperte ambientali divertenti e simpatiche tramite metodologie quali, per esempio: giochi di gruppo per i più piccoli, per apprendere schemi motori specifici, evitando la monotonia, con l'ausilio di palle, birilli ed altro materiale adatto allo scopo; apprendimento di gesti tecnici specifici in tracciati di metodica con porte di SL, GS, SG, SALTI.

Facoltativa e mai obbligatoria, la partecipazione al circuito GARE regionali, nazionali ed internazionali, per "crescere" agonisticamente e psicologicamente, dove l'atleta impara a conoscere i propri limiti e "mettersi in discussione".

ORGANIZZAZIONE TECNICA

Allenatori e maestri lavorano con intenti comuni su un programma prestabilito. Ogni categoria avrà un tecnico referente, figura di riferimento per genitori ed atleti che volessero chiarimenti sotto l'aspetto tecnico.

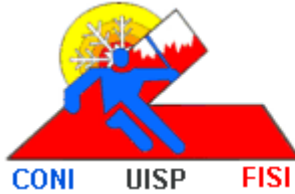
Il pool allenatori è responsabile della formazione dei gruppi di lavoro, allenamento, gare e tutto ciò che riguarda la gestione degli atleti grandi e piccoli.

La scelta del tecnico referente tiene in considerazione: problematiche organizzative, tecniche, affinità con un gruppo ed altro ancora. Tale scelta scaturisce esclusivamente dalle decisioni del pool allenatori intenti a ricercare "le persone giuste al posto ed al momento giusto".

Il Consiglio dello Sci Club Lanciotto; sarà presente sulle piste da sci, con un gruppo di cinque o sette consiglieri con mansioni di natura organizzativa, di comunicazione e soprattutto avranno il compito di recepire e riportare all'intero Consiglio dello stesso, in carica: dubbi, lamentele e tutti quei problemi al di fuori della sfera "tecnica", che eventualmente sorgessero tra atleti, genitori e allenatori e/o maestri durante la stagione.

Sono altresì previste per la stagione in oggetto, numerose commissioni organizzative formate da consiglieri e semplici genitori che avranno l'incarico di portare avanti iniziative ed eventi.

Verranno indette a tal proposito riunioni mensili con i genitori, riunioni che vedranno la partecipazione dei tecnici all'occorrenza, per analizzare problemi d'organizzazione, di



convivenza, di partecipazione e quando sarà presente anche lo staff tecnico per informazioni sull'evolversi del lavoro svolto, sugli impegni agonistici, sull'organizzazione tecnica della stagione. Lo Sci Club possiede un pulmino che è a disposizione degli atleti solo per i giorni di gara con priorità per le trasferte fuori zona e a turno fra le categorie.

IL PROGRAMMA

Il programma invernale inizia sabato 19 dicembre ed avrà termine, visto le condizioni della neve e gli appuntamenti agonistici e sociali, martedì 06 aprile.

Dal 4 al 8 dicembre, lo Sci Club, si riserva, in accordo con lo staff tecnico, l'organizzazione di un'uscita sulle Alpi/Dolomiti garantendo la presenza di almeno 2 tecnici al seguito, viene organizzata inoltre uscita a Livigno il 26 – 27 e 28 marzo 2010, in occasione delle finali del Trofeo Giovanissimi, per le categorie baby e cuccioli, trasferta allargata a tutti coloro che volessero partecipare.

Si scia tutti i sabati, le domeniche, le feste di Natale e di Pasqua (con esclusione delle giornate del 25 Dicembre, del 1 Gennaio e del 11 Aprile – Natale, Capodanno e Pasqua), si scia inoltre il giorno precedente l'eventuale gara del sabato e su convocazione del settore tecnico per lavori, allenamenti specifici e gare settimanali.

Campi di lavoro tutte le piste del comprensorio dell'Abetone, i gruppi di lavoro saranno formati per categorie e anno di nascita, ma potranno essere variati in base ai livelli tecnici.

PREPARAZIONE ATLETICA. Una buona preparazione atletica è alla base di ogni attività sportiva, soprattutto dove esiste un "attrezzo" (sci, palla, racchetta...). Senza coordinazione motoria l'apprendimento del gesto tecnico è limitato ad a volte impossibile. Atletica e ginnastica ritmica o artistica sono sport propedeutici per tutti i restanti altri.

Lo Sci Club collabora con l'Associazione Atletica Campi dove è possibile inserire i nostri atleti di qualsiasi età. I tecnici sono a disposizione per consigli ed informazioni. (Ottavia 347/6959968).

Gli atleti che seguono un allenamento continuativo hanno un programma personalizzato, per tutti gli altri, ogni atleta seguirà un corso di Atletica nelle vicinanze di casa o in sostituzione Ginnastica Artistica o Danza Moderna.

IL PROGRAMMA NEI DETTAGLI

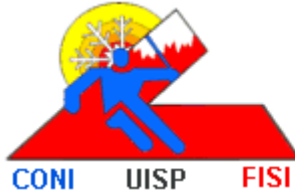
PROGRAMMA AUTUNNALE SUL GHIACCIAIO:

GRUPPO GIOVANI E ALLIEVI (solo su convocazione): 3/4 gg fine settembre, 2 periodi di 3/4 giorni in ottobre, 2 periodi di 3/5 giorni in novembre.

GRUPPO RAGAZZI-ALLIEVI- 98/95 (atleti che non hanno seguito il programma estivo con continuità), un periodo di 3 giorni a ottobre, un periodo di 3 giorni a novembre.

GRUPPO CUCCIOLI -BABY 99 / 2002 - 1 periodo in autunno di 3 gg

GRUPPO MASTER - da valutare eventuali richieste.



RITROVO INVERNALE: nei limiti del possibile e dell'organizzazione, escluso i giorni di gara, il ritrovo di partenza, sarà contemporaneo presso le Regine, l'Ovovia ed il Pulicchio, lo Sci Club proseguirà con l'apprezzata iniziativa della comunicazione settimanale via e-mail al Giovedì.

ISCRIZIONI GARE: saranno automatiche per le categorie BABY/CUCCIOLI/RAGAZZI /ALLIEVI tenendo presente che qualora l'atleta non intendesse partecipare alla competizione, sarà premura del genitore comunicare allo sci club **entro il giovedì o almeno due giorni prima della gara** l'eventuale assenza. Per la categoria GIOVANI/SENIOR è obbligo comunicare la propria partecipazione alla gara, perché l'iscrizione **non sarà automatica**.

ATTENZIONE !!!!! Tali regole determinano che, se disattese, il costo della gara sarà comunque addebitato, per i Giovani/Senior se la comunicazione non viene fatta lo Sci Club non risponde di mancate iscrizioni.

MATERIALE TECNICO: è possibile parlare con i tecnici del materiale tecnico: scarponi, sci nuovi o usati, misure ed altro.

Viene garantita dai tecnici la preparazione degli sci gara ad un prezzo preventivamente stabilito, solo per coloro i quali possiedono due paia di sci, tutti gli altri possono rivolgersi ad un negozio di fiducia o autogestirsi. Nelle categorie Baby e Cuccioli possedere l'eventuale secondo paio di sci, non è inteso come esasperazione agonistica, ma dettato dall'esigenza di avere sempre soletta e lamine in ottimo stato per consentire un migliore apprendimento del gesto tecnico.

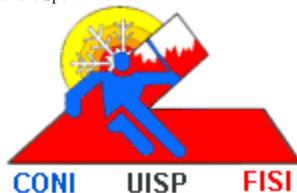
PICCOLI PRINCIPIANTI

E' intenzione dello sci club organizzare, per la stagione 2009/2010, un corso di avviamento allo sci per i bambini più piccoli (anni 2004-2006), se si verificheranno le condizioni minime e massime di partecipazione (minimo 6 iscritti, massimo 8 iscritti). Tale gruppo di insegnamento, si articolerà con lezioni per i giovani sciatori ogni sabato e domenica, della durata di 5 ore. Con eventuale partenza il 9/10 gennaio 2010, fino al 27/28 marzo 2010. Il corso comprenderà inizio lezioni ore 9,00, breve sosta durante la mattinata e pranzo tutti insieme genitori, maestri e bambini in un rifugio del Comprensorio, al termine breve lezione di giochi e apprendimento.

Il costo di tale corso, da definire con la chiusura delle iscrizioni sarà comunicato agli interessati all'inizio della stagione.

ATTENZIONE ! Lo sci Club continua nell'organizzazione di questo corso propedeutico con un ulteriore sforzo economico, per garantire ai più piccoli un adeguato addestramento iniziale alla pratica dello sci. Lo scopo è quello di una graduale introduzione dei più piccoli, ai corsi ed ai gruppi **"di questo stesso sci club"**. Non essendo organizzato un identico corso di addestramento da nessun altro Sci Club della montagna Pistoiese, la nostra associazione sportiva, in relazione a tale partecipazione, **intende precisare** che qualora i genitori, non avessero intenzione di continuare nel rapporto con lo sci club Lanciotto, negli anni avvenire, avendo già in mente la futura partecipazione dei propri figli. in altri sci club concorrenti, **è sconsigliata** fino da oggi **la partecipazione** a questo corso propedeutico ed addestrante, volto al presente ed al futuro sportivo del piccolo sciatore.

L'adesione al corso determina il pagamento integrale della quota prevista, anche in caso di infortunio o impedimento del bambino.



PROGRAMMA SUPERBABY 2005/2004/2003:

Le giornate e le pause di lavoro, terranno conto della giovanissima età dei bambini, così come gli orari di partenza e di fine giornata.

Escluso eventi straordinari, il ritrovo è al Pulicchio alle ore 9.00 con pausa pranzo ai rifugi a valle o a monte. Sarà richiesto da parte dello Sci Club il rinnovo della convenzione con i sopra detti rifugi, per l'utilizzo dei buoni pasto, come avvenuto negli ultimi due anni.

Il "campon" a monte dello skilift sarà il luogo ideale per dedicarsi all'avviamento didattico ed ai giochi di squadra con palle, birilli, fiocchi ed altro. In caso di freddo e brutto tempo sarà tenuta presente la possibilità di sciare sulla pista "Chierroni", ideale nei giorni di vento e neve. Oltre al maestro, di primaria importanza in questa categoria è la figura dell'accompagnatore che potrà essere anche un genitore, e che avrà il compito di aiutare il maestro con il gruppo durante la giornata.

L'inizio del corso è previsto per il giorno 19 Dicembre 2009, ed i piccoli potranno sciare esclusivamente ogni Sabato e Domenica ininterrottamente fino al 28 Marzo 2010. Nel periodo iniziale, che va dal 19 Dicembre 2009 al 6 Gennaio 2010 il corso si svolgerà ogni giorno (mercoledì 31 dicembre fino alle ore 12,00).

Di fondamentale importanza, per la crescita dei piccoli, è l'inizio collettivo del gruppo senza inserimento "in corsa" che potrebbero creare problemi tecnici e rallentamenti nel programma addestrante. Pertanto ogni inserimento dopo la chiusura delle iscrizioni sarà deciso dallo staff tecnico.

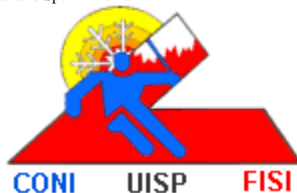
ATTENZIONE: L'adesione al corso determina il pagamento integrale della quota prevista, anche in caso di infortunio o impedimento dell'atleta o bambino.

TECNICO DI RIFERIMENTO: Valentina Silvestri ***MEMBRO CONSIGLIO REFERENTE:*** Maurizio Bucciardini (con la collaborazione di altri genitori, del settore, da definire ad inizio stagione, per ruoli di accompagnatori e di supporto).

PROGRAMMA BABY E CUCCIOLI 2002/2001/2000/1999:

Queste categorie includono bambini "quasi" atleti e piccoli sciatori ancora non indipendenti sotto ogni profilo. Sarà premura dei tecnici valutare un programma idoneo e diversificato riguardante orari, piste pause pranzo, gare obiettivi personali. E' comunque sottinteso che nonostante il giusto impegno agonistico, l'attività rimane pur sempre addestrante e finalizzata ad un insegnamento gratificante e divertente con gli sci ai piedi.

Orario di inizio giornata e termine, terrà in considerazione i fattori climatici e la tipologia di neve. Indicativamente la partenza sarà dalle ore 8.30 alle ore 9.00 e la giornata potrà terminare dalle ore 14.30 alle 15.30. Non ci saranno piste "prioritarie" ove sciare od allenarsi. Si scia ogni sabato



e domenica – feste di Natale dal 20 dicembre al 6 gennaio, un giorno a settimana (preferibilmente venerdì) su convocazione. Il programma gare prevede per queste categorie: Trofeo “R. Soldaini” - Pinocchio sugli sci (fase Regionale, eventuale recupero a Zoldo, fase Nazionale) – Trofeo Fratini – Trofeo Giovanissimi (selezioni zonali e finali nazionali in concomitanza con la gita sociale a LIVIGNO in data da stabilire). Ricordiamo che l’atleta o i genitori possono decidere di partecipare o meno a queste gare, in tal caso per l’occasione, sarà spostato in altri gruppi. **TECNICO DI RIFERIMENTO:** Lisa Seghi **MEMBRI CONSIGLIO REFERENTI:** Fabrizio Berti e Costantino Castriota Scanderbeg.

CATEGORIA RAGAZZI e ALLIEVI 1998/1997/1996/1995:

Le discipline tecniche in queste categorie sono tre: GS, SL, SG.

E’ sottintesa per tutti, la partecipazione a gare di GS e SL.

La partecipazione al SuperG avverrà solo su convocazione, da parte dei tecnici che valuteranno le difficoltà di tali gare in riferimento alla preparazione dell’atleta.

Sono richiesti sci da GS ed eventualmente un altro paio da SL (categoria Ragazzi) con l’utilizzo inoltre di protezioni per gli arti, “paracolpi”. Per la categoria allievi necessitano inoltre delle protezioni ai bastoncini per abbattere il palo lungo.

Si scia ogni sabato e domenica – feste di Natale dal 19 dicembre al 6 gennaio, un giorno a settimana (preferibilmente venerdì) e su convocazione, a cura tecnico responsabile.

Il programma gare prevede per queste categorie: Trofeo SanPaolo – Pinocchio sugli sci – Trofeo Fratini – eventuali convocazioni per interzonali e finali nazionali Campionati Italiani e Trofeo Topolino. Lo Sci Club è intenzionato a partecipare ad alcune gare propaganda ed all’effettuazione di alcuni allenamenti in Emilia Romagna, tale intento sarà concretizzato in occasione della comunicazione del calendario gare da parte del settore tecnico.

I ragazzi che preferiscono non seguire tutto il circuito gare in tale occasione saranno inseriti in altri gruppi di età diversa, comunque sempre tecnicamente coerente.

ATTENZIONE: L’adesione al corso determina il pagamento integrale della quota prevista, anche in caso di infortunio o impedimento dell’atleta o bambino.

TECNICO DI RIFERIMENTO: Sonia Poccianti. **MEMBRI CONSIGLIO REFERENTI:** Gianluca Bruni e Claudia Lulli.

PROGRAMMA GIOVANI e SENIOR:

Il programma da neve a neve è articolato come sopra. Lo Sci Club garantisce la partecipazione a gare F.I.S. J. Regionali e talune F.I.S. Cit d’interesse, gare zonali ed interzonali di GS, SL, SG e DH;

per un programma più dettagliato riferito ai probabili atleti “aggregati al Comitato” attendiamo una comunicazione del Comitato Appennino Toscano, per poter stilare un calendario in accordo con genitori, atleti e dirigenti. Si scia ogni sabato e domenica – feste di Natale dal 19 dicembre al 6 gennaio, un giorno a settimana (venerdì), e giorni feriali su convocazione per allenamenti specifici (a cura tecnico responsabile).



Il programma giovani è sempre molto intenso, con partenze improvvise e cambiamenti continui, pertanto gli allenatori non sono a disposizione per allenamenti "non programmati", richiesti dagli atleti stessi.

TECNICI DI RIFERIMENTO: Gare Nazionali e Zonali: Antonio Orzan, Gare F.I.S. Marco Turchi. MEMBRO DEL CONSIGLIO REFERENTE, RAPPORTI CON IL COMITATO Antonella Ballerini.

Per coloro i quali intendessero comunque partecipare alle gare programmate, ma non potranno essere presenti con continuità ai raduni previsti dal corso, lo Sci Club richiede che il loro inserimento nel gruppo sia concordato tra tecnici, atleti e genitori per una valutazione di intenti, per una proficua e controllata introduzione nei programmi di lavoro.

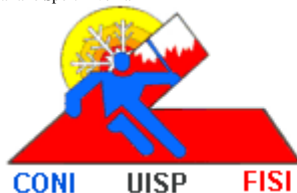
ATTENZIONE: *L'adesione al corso determina il pagamento integrale della quota prevista, anche in caso di infortunio o impedimento dell'atleta.*

Sono previsti, inoltre, programmi ed allenamenti per Master.

MEMBRI DEL CONSIGLIO DI RIFERIMENTO: Vanni Delli (da stabilire).

Lo Sci Club Lanciotto è inoltre impegnato, in collaborazione con il Pool degli Sci Club Fiorentini nell'organizzazione di pullmann domenicali per l'avvio alla pratica dello sci di grandi e piccini.

Per le categorie: Baby/Cuccioli/Ragazzi/Allievi/Giovani, impegnate in attività agonistiche è previsto il versamento della somma di €150,00 in data 31 Ottobre 2009, in occasione della prima rata della quote di cui sopra, quale quota d'acconto per l'iscrizione alle gare.



PREZZI validi solo per tesserati Sci Club Lanciotto:

(TALI SOMME SONO DA CONSIDERARSI INDICATIVE, MA NON DEFINITIVE, PERCHE' POTRANNO ESSERE OGGETTO DI VARIAZIONI, IN RELAZIONE AL NUMERO DELLE ADESIONI RICEVUTE)

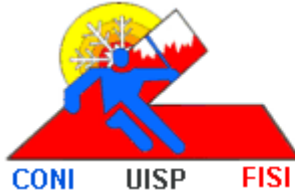
- 1) CATEGORIA PRINCIPIANTI anni 2004/2006 (da definire in base al numero degli iscritti minimo 6 massimo 8)
- 2) CATEGORIA SUPERBABY anni 2003/2004/2005 € 870,00=;
- 3) BABY e CUCCIOLI anni 2002/2001/2000/1999 € 1.020,00=;
- 4) RAGAZZI/ALLIEVI € 1.150,00=
- 5) GIOVANI € 1.300,00=

Le iscrizioni dovranno pervenire presso la sede dello Sci Club Lanciotto entro e non oltre 31 Ottobre 2009, assieme all'adesione dovranno essere corrisposti:

- per la categoria superbaby: 500,00= euro quale acconto, mentre il saldo pari a 370,00= euro, dovrà essere corrisposto entro e non oltre il 6 Gennaio 2010, inoltre la tessera obbligatoria F.I.S.I. pari ad euro 50,00=;
- per le categorie baby e cuccioli: 600,00= euro, quale acconto, mentre il saldo pari a 420,00= euro, dovrà essere corrisposto entro e non oltre il 6 Gennaio 2010, inoltre la tessera obbligatoria F.I.S.I. pari ad euro 50,00=;
- per le categorie ragazzi ed allievi: 600,00= euro, quale acconto, mentre il saldo pari a 550,00= euro, dovrà essere corrisposto entro non oltre il 6 Gennaio 2010, inoltre la tessera obbligatoria F.I.S.I. pari ad euro 50,00=;
- per la categoria giovani: 650,00= euro, quale acconto, mentre il saldo pari a 650,00= euro, dovrà essere corrisposto entro e non oltre il 6 Gennaio 2010, inoltre la tessera obbligatoria F.I.S.I. pari ad euro 50,00=.

ATTENZIONE: L'adesione al corso determina il pagamento integrale della quota prevista, anche in caso di infortunio o impedimento dell'atleta o bambino.

Con il pagamento della tessera F.I.S.I., verrà donato un simpatico omaggio. Lo stesso sarà a disposizione di ciascun amico o simpatizzante con non fosse tesserato F.i.s.i., pagando la modica cifra di € 18,00= (Naturalmente fino ad esaurimento merce!).



Raccomandiamo a tutti la puntualità nel pagamento delle somme richieste, ricordando che lo sci club, fonda la propria sopravvivenza sulle quote dei propri atleti e/o soci, e se qualche volta, anticipa delle somme in nome e per conto dei propri iscritti (come nel caso delle iscrizioni alle gare), ha la necessità, inderogabile, di rientrare nel minor tempo possibile. Essere precisi nei pagamenti, alle scadenze fissate, oltre che evitare spiacevoli situazioni alla dirigenza dello Sci Club, è segno di rispetto verso tutti coloro che lavorano e collaborano, per il divertimento di ciascuno.

Tali versamenti dovranno essere effettuati, alle scadenze ricordate, per contanti, con assegno o tramite bonifico, presso il Cred. Coop. Fiorentino, Filiale Via Ugo Novelli, 6 Campi Bisenzio (Fi) C/c n°500043 intestato a Sci Club Lanciotto, Iban IT48W0842721401000000500043.

Entro la scadenza del 15 Ottobre 2009, dovranno essere corrisposti anche gli importi per il pagamento della tessera Multipass stagionale, onde poter permettere allo Sci Club, la predisposizione della lista dei nominativi da consegnare al Consorzio Multipass dell'Abetone, entro e non oltre il 31 Ottobre 2009. Coloro i quali usufruiranno di questo canale per l'acquisto dello Ski pass potranno ritirare in seguito la tessera magnetica per la stagione 2009/2010 presso la sede Multipass, richiedendo ai responsabili la lista d'acquisto "Sci Club Lanciotto".

PREZZI ABETONE MULTIPASS

Rilascio skipass agli atleti nati dal 01.01.2003 al 31.12.2004 a € 280,00= se acquistato tramite sci club entro il 15 Ottobre 2009;

Rilascio skipass agli atleti nati dal 01.01.1999 al 31.12.2002 a € 330,00= se acquistato tramite sci club entro il 15 Ottobre 2009;

Rilascio skipass agli atleti nati dal 01.01.1995 al 31.12.1998 a € 400,00= se acquistato tramite sci club entro il 15 Ottobre 2009;

Oltre tali date tutti gli ski pass avranno il costo non differenziato di €695,00= per adulti e minori e potranno essere Acquistati presso gli uffici del Consorzio Abetone Multipass, senza passare da questo sci club.

Tali versamenti dovranno essere effettuati, alle scadenze ricordate, per contanti, con assegno o tramite bonifico, presso il Cred. Coop. Fiorentino, Ag. Via Ugo Novelli, 6 Campi Bisenzio (Fi) C/c n°500043 intestato a Sci Club Lanciotto, Iban IT48W0842721401000000500043.

Rimane inteso che in mancanza del relativo versamento a favore dello Sci Club, da parte del genitore o atleta, in tempo utile, non verrà prenotato, da questo Consiglio, il relativo Ski Pass stagionale

**p. il Consiglio dello Sci Club
Lanciotto
Il Presidente Paolo Palloni**