

Bergamo, 13 Febbraio 2023

Prot. 126 / 22-23 All.

A tutti gli interessati  
Loro sedi

**Oggetto: Reintegro ALLIEVI ALLENATORI Fuori Quadro Definitivo**

Il Centro di Qualificazione del Comitato Territoriale, in collaborazione con la Commissione Allenatori, indice ed organizza il percorso previsto eccezionalmente per la stagione 2022-2023 volto al reintegro dei Tecnici che si trovano nella posizione Fuori Quadro Definitivo (cfr. Guida Pratica – Norme Allenatori).

In particolare, per coloro che sono in questa posizione in qualità di Allievo Allenatore, il percorso prevede la partecipazione obbligatoria a 4 moduli specifici (non sono ammesse assenze) che si terranno secondo il seguente calendario:

**1. Sabato 04/03/2023 dalle ore 14.45 alle ore 17.30**

PALESTRA Scuole Medie via XXIV Maggio – Lallio

**Relatore : Claudio Aiello**

**La didattica del palleggio :**

- ***L'utilizzo del palleggio nella pallavolo di base***  
Il palleggio per l'appoggio di ricostruzione  
Il palleggio per la ricezione del servizio  
Il palleggio per l'alzata
- ***Identificazione delle attitudini per il ruolo di alzatore***  
Traiettoria della palla ed asse corporeo  
L'alzata avanti e dietro  
Le attitudini alla gestione dell'alzata  
L'allenamento differenziato dell'alzatore

**2. Domenica 12/03/2023 dalle ore 14.15 alle ore 16.15**

PALESTRA Scuole Medie Lotto via Tadini – Bergamo ( zona Malpensata )

**Relatore : Fabrizio Cornolti**

**La didattica del bagher**

- ***Utilizzo della tecnica del bagher nella pallavolo di base***  
Il bagher nell'appoggio per la ricostruzione  
Il bagher per l'alzata  
Il bagher per la ricezione del servizio
- ***Identificazione delle attitudini per il ruolo di ricevitore***  
Traiettoria della palla ed asse corporeo  
Orientamento del piano di rimbalzo  
Le attitudini alla competenza di ricezione  
L'allenamento differenziato del ricevitore

**3. Domenica 19/03/2023 dalle ore 16.30 alle ore 18.30**

PALESTRA Scuole Medie Lotto via Tadini – Bergamo ( zona Malpensata )

**Relatore : Mirco Belotti**

**La differenziazione delle tecniche d'attacco**

- *Le caratteristiche strutturali e motorie individuali per l'impostazione dell'attacco*  
L'attaccante abile  
L'attaccante potente
- *La gestione del tempo di colpo*
- *Il controllo della manualità*

**4. Mercoledì 19/04/2023 dalle ore 20.45 alle ore 23.00**

SALA c/o Casa dello Sport, via Gleno 2L – Bergamo

**Relatore : Fabrizio Cornolti**

**L'esercizio di sintesi**

- *L'allenamento situazionale*  
Esercitazioni con riferimento al gioco  
La difficoltà del compito motorio
- *Criteri di inserimento progressivo delle variabili situazionali*  
Tendenza metodologica al corretto timing tecnico del gioco  
Progressivo incremento di giocatori  
Progressivo incremento di fondamentali
- **La componente tattica dell'esercizio di sintesi**  
Eliminazione progressiva dei vincoli al pensiero tattico
- *Il rendimento individuale e dei sistemi tattici per valutare la difficoltà indotta dall'esercizio*

E' prevista una quota di partecipazione pari a **100,00€** da versare a mezzo bonifico sul conto corrente bancario presso Banco BPM - IBAN: **IT63 E05034 111050 00000012452**.

Al termine della partecipazione l'allenatore pagherà il doppio della tassa di rinnovo corrispondente alla propria qualifica, ovvero 140,00€ da versare a mezzo carta di credito sul portale federale del tesseramento Tecnici.

Gli interessati dovranno inviare la propria iscrizione via mail all'indirizzo [allenatori.bergamo@federvolley.it](mailto:allenatori.bergamo@federvolley.it) allegando copia dell'attestato di pagamento **entro e non oltre martedì 28 febbraio p.v.**

**La partecipazione ai moduli previsti per il reintegro non assolve all'obbligo degli aggiornamenti previsti per ogni stagione sportiva, ovvero per il rinnovo del tesseramento per la stagione sportiva 2023/2024 è comunque obbligatorio partecipare ad ulteriori 4 corsi di aggiornamento entro il termine della stagione 2022-2023.**

f.to Coordinatore CQT  
**Ambrogio Ballace**

f.to Presidente Territoriale  
**Luigi Giovanni Rozzoni**