



## **CORSO ALLENATORI LIBERTAS NAZIONALE - DISCIPLINA HOCKEY GHIACCIO**

QUOTA DI PARTECIPAZIONE 300€

QUOTA DI PARTECIPAZIONE PROMOTORI 220€

SALDO E CHIUSURA ISCRIZIONI 19 SETTEMBRE 2022

Per versamento **IBAN IT79V084305146000000212341**

Intestato a CP LIBERTAS VARESE

Causale per il saldo **QUOTA CORSO ALLENATORI e ISCRIZIONE  
ALL'ALBO - NOME E COGNOME**

## **PROGRAMMA**

<b>ID CORSO</b>	<b>NOME</b>	<b>DOCENTE</b>	<b>GIORNO</b>	<b>ORARIO</b>
<b>WEBINER</b>	<b>Studio individuale in FAD Naz. X 1° livello</b>	<b>Tutor Nazionale</b>	<b>Mercoledì 19/10/2022</b>	<b>H 18:30</b>
Specifica Hockey	Area disciplinare on line	Ryan Gonyea	Domenica 02/10/2022	H 20:00
Specifica Hockey	Area disciplinare on line	Ryan Gonyea	Domenica 16/10/2022	H 20:00
Specifica Hockey	Area disciplinare on line	Ryan Gonyea	Domenica 30/10/2022	H 20:00
<b>WEBINER</b>	<b>Studio individuale in FAD Naz. X 1° livello</b>	<b>Tutor Nazionale</b>	<b>Giovedì 03/11/2022</b>	<b>H 18:30</b>
Specifica Hockey	Area disciplinare on line	Ryan Gonyea	Domenica 13/11/2022	H 20:00
<b>WEBINER</b>	<b>Studio individuale in FAD Naz. X 1° livello</b>	<b>Tutor Nazionale</b>	<b>Venerdì 18/11/2022</b>	<b>H 18:30</b>
Esame Finale	Area disciplinare in PRESENZA	Ryan Gonyea	Domenica 04/12/2022	H 20:00
<b>ESAME</b>	<b>FAD di AH 1° tentativo</b>		<b>Mercoledì 30/11/2022</b>	
<b>ESAME</b>	<b>FAD di AH 2° tentativo</b>		<b>Venerdì 02/12/2022</b>	
Esame Finale	Area disciplinare in PRESENZA	Ryan Gonyea	Domenica 04/12/2022	8 h
<b>ESAME</b>	<b>FAD di AH 3° tentativo</b>		<b>Mercoledì 07/12/2022</b>	

## AREA DISCIPLINARE SPECIFICA HOCKEY

GIORNO	DURATA	INIZIO	ARGOMENTI
02/10/2022	2 ORE:	H 20:00	Introduzione al corso
DOMENICA	On Line		Divise ed equipaggiamento
			Utilizzazione ed organizzazione del ghiaccio
16/10/2022	2 ORE:	H 20:00	Sviluppo a lungo termine dell'atleta
DOMENICA	On Line		U7, U9, U11 e principianti adulti
			Il beneficio di giochi in zone ridotte
30/10/2022	2 ORE:	H 20:00	Insegnando tecnica attraverso progressione
DOMENICA	On Line		Fondamentali (pattinaggio, passaggi, tiri e palleggio del disco)
			Sviluppo fisico e cognitivo
			Secco, l'importanza di allenamenti fuori dal ghiaccio
13/11/2022	2 ORE:	H 20:00	Sicurezza
DOMENICA	On Line		Testa alta non bassa
			L'importanza di sonno adeguato
			Traumi Cranici
			Contatto fisico
04/12/2022	2 ORE:		Preparazione per la dimostrazione di ghiaccio e secco
IN PRESENZA			Ripasso per esame finale
DOMENICA	2 ORE:		Dimostrazione Secco
	2 ORE:		Dimostrazione Ghiaccio, SUL GHIACCIO
	2 ORE:		Esame Finale,

**Rilascio ATTESTATO e TESSERINO ALLENATORE da CNS LIBERTAS**