

**A TUTTE LE SOCIETA' FEDERATE
AI GIUDICI DI 1°, 2° GRADO E NAZIONALI**

Vista la disponibilità dell'**ASD XL FITNESS CLUB**, si comunica che la lezione di domenica 2 ottobre del corso giudici GAF (formazione e aggiornamento) si terrà presso la palestra della suddetta società sportiva, sita in **Via Mariconda n. 2 Pompei (NA)**.

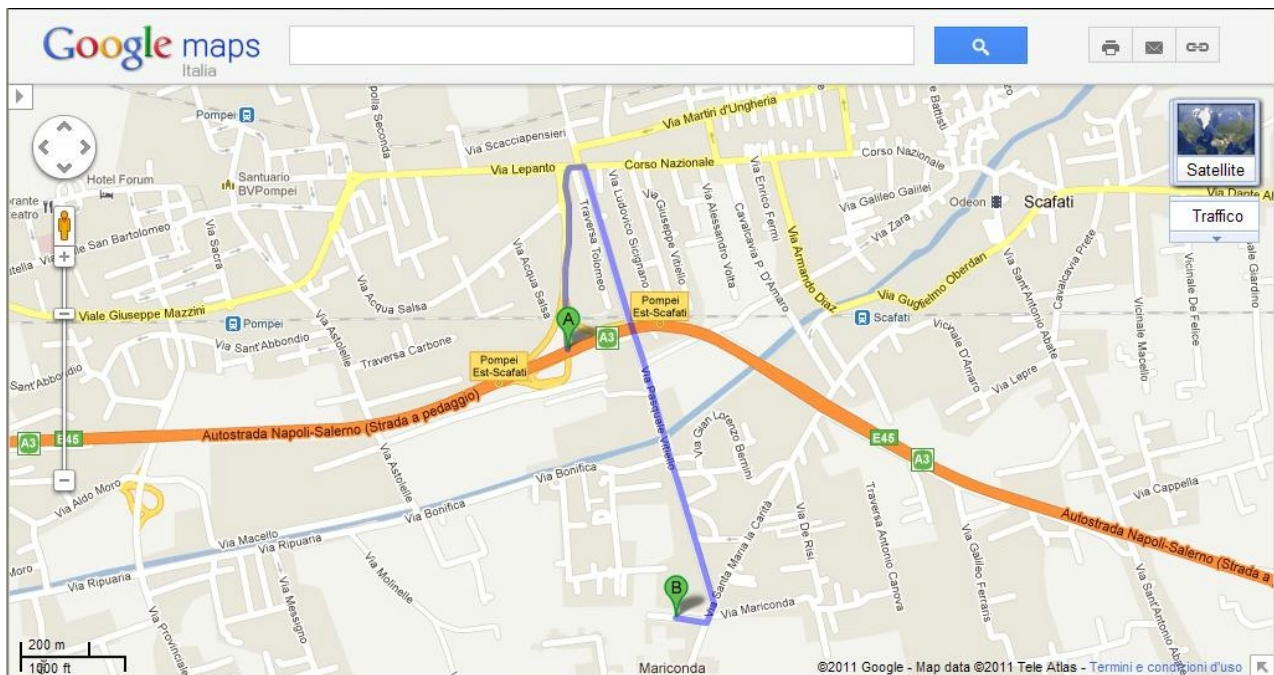
Si allegano cartina e indicazioni logistiche oltre al programma definitivo del corso.

Cordiali saluti

La RGRF
Emiliana Polini

INDICAZIONI STRADALI

ASD XL FITNESS CLUB



Dell'autostrada A3 Napoli - Salerno, prendere l'uscita Pompei est – Scafati (per chi proviene da Salerno l'uscita dopo Angri; per chi proviene da Napoli l'uscita dopo Castellammare di Stabia). Alla seconda rotatoria (quella in fondo alla strada) girare a destra direzione Scafati e girare subito di nuovo a destra direzione Castellammare – Santa Maria La Carità . Proseguire dritto per Via Pasquale Vitiello, superare il passaggio a livello e all'incrocio proseguire ancora dritto. In fondo alla strada, alla biforcazione proseguire ancora dritto per pochi metri e girare a destra subito dopo il ponticello (immediatamente prima del cartello di indicazione frazione "Mariconda" posto sul lato destro del marciapiede).

CALENDARIO E PROGRAMMA DEL CORSO

SABATO 1 OTTOBRE 2011 (sede CONI, Via A. Longo 46/E - Napoli):

Mattina **1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1° e 2° grado**
 Pomeriggio fino alle 17.00 **1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1° e 2° grado**
 Pomeriggio fino alle 18.00 **solo 1° grado + Aggiornamento 1° grado**

ORARIO	ARGOMENTO	DOCENTI
Mattina 1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1° e 2° grado		
9.00/10.30	Regolamento di giuria + CdP: art. 1-2-3-4	Emiliana Polini
10.30/12.00	CdP: art. 5 - 6	
12.00/13.00	Simbologia	
Pomeriggio fino alle 17.00 1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1° e 2° grado Pomeriggio fino alle 18.00 solo 1° grado + Aggiornamento 1° grado		
14.00/15.00	Esercitazioni video	Emiliana Polini
15.00/17.00	CdP: articoli 8 - 9 - 10 -11 (VO, PA, TR, CL generalità)	Monica Degli Uberti
17.00/18.00	Programma Tecnico PTU	

DOMENICA 2 OTTOBRE 2011 (palestra ASD XL FITNESS CLUB, Via Mariconda 2 - Pompei):

1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1°, 2° grado e nazionali (OBBLIGATORIO)

ORARIO	ARGOMENTO	DOCENTI
9.00/11.00	CdP: articolo 7	Gioconda Raguso
11.00/12.00	CdP: art. 10 (TR) + esercitazioni video	
12.00/13.00	CdP: art. 11 (CL) con esercitazioni video	
PAUSA		
14.30/16.00	CdP: art. 9 (PA) e cinghietti + esercitazioni video	Gioconda Raguso
16.00/17.00	CdP: art. 8 (VO) + esercitazioni video	

SABATO 8 OTTOBRE 2011 (sede CONI, Via A. Longo 46/E - Napoli):

Mattina **1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1° e 2° grado**
 Pomeriggio **solo 2° grado + Aggiornamento giudici 2° grado**

ORARIO	ARGOMENTO	DOCENTI
Mattina 1° e 2° grado + Aggiornamento giudici 1° e 2° grado		
9.30/12.30	Esercitazioni video	Emiliana Polini
Pomeriggio solo 2° grado + Aggiornamento giudici 2° grado		
14.00/16.00	Esercitazioni video	Monica Degli Uberti

SABATO 15 OTTOBRE 2011: ESAMI (sede CONI, Via A. Longo 46/E - Napoli)

9.00/11.00	Esame teorico 1° e 2° grado
11.30/13.30	Esame pratico 1° e 2° grado