



Stadio Olimpico, Curva Nord, Foro Italico - 00135 Roma, P.IVA 02151961006, C.F. 97015510585

MESSAGGIO FEDERALE:

ALLA C.A di

DI TUTTE LE SOCIETA' INVITATE ED AI LORO TECNICI DI CATEGORIA UNDER 16
AL COORDINATORE TECNICO FEDERALE: Francesco Ascione
AL TECNICO REGIONALE TOSCANA: Romei Enrico
AL TECNICO ACCADEMIA FEDERALE PRATO: Grassi Paolo
AI TECNICI DEL CDF PRATO FIRENZE: Nava Matteo, Ciampa Gregorio
AL VIDEO ANALIST ACCADEMIA PRATO: Natale Marco
AI TECNICI SELEZIONE TOSCANA: Chiarella Elena
AI PREPARATORI FISICI: Semoli Antonio, Stefano Gelsi

ATTIVITA' MAGGIO 2016

Con la presente si invitano gli atleti del CDF UNDER 16 PRATO - FIRENZE a partecipare alle sedute di allenamento del mese di maggio.

Gli atleti dovranno avere con sé il materiale per svolgere attività in campo ed attività in palestra (scarpe da running, borraccia, cambio adeguato, cronometro personale).

DATE E ORARI

- LUNEDI' 8, 15, 22, 29 MAGGIO ALLENAMENTO KM 0

Firenze: Stadio Lodigiani Viale P. Paoli, 23 ore 17.45 – 19.15

Prato: Stadio Chersoni Via D.Bessi 7 ore 16.45 - 18.15 GRUPPO: Fattori; Baldelli, Pancini; Castellana, Rizzuti

- GIOVEDÌ 11, 25 MAGGIO

COLLEGALE - Prato: Campo Denti Via G.Capponi 53 ore 17.45 - 19.15

- GIOVEDÌ 4,18 MAGGIO KM 0

Prato: Campo Denti Via G.Capponi 53 ore 16.00 - 17.30 GRUPPO: Ghelardini, Ciampolini, Di Leo, Aquilano, Magni, Sghinolfi, Pani, Giannasi, Benedetti

- VENERDÌ 26, SABATO 27 MAGGIO

Piacenza, Festival Centri di Formazione - evento su convocazione

CONVOCATI

Cavalieri Union Prato Sesto: Baldelli, Fattori, Pancini, Castellana, Ghelardini, Di Leo, Aquilano, Magni, Sghinolfi, Pani, Giannasi, Rizzuti, Ciampolini, Benedetti.

Firenze Rugby 1931: Sassi, Biagini, Querci, Chiti, Hill, Pracchia, Frangini, Pesci, Cherici, Nidiaci, Boudet, Touires.

Centro di Formazione Permanente Under 18 - 59100 Prato, Piazza del Collegio 13.
accademiaprato@federugby.it - +39 3346869683

Florentia Rugby: Cannone, Grilli

Puma Bisenzio: Guidarelli, Ganocci e Del Bene

Lucca rugby: Del Papa

Obiettivi atleti del centro di formazione:

- Dovranno svolgere il numero indicato di allenamenti con il Cdf per un totale di quattro/cinque sessioni settimanali - **FORTEMENTE MOTIVATI!!!** - Dovranno riuscire ad organizzarsi per far convivere armonicamente la vita sportiva, sociale e scolastica - Dovranno dimostrare autonomia nelle comunicazioni verso i responsabili di area del centro di formazione - Dovranno aver cura del materiale di allenamento necessario per le attività (borraccia, diario giornaliero, scarpe con tacchetti, scarpe da running, borsa del ghiaccio)

Comunicazioni

Qualsiasi comunicazione dovrà arrivare alla mail crtoscano@federugby.it e contestualmente alle mail e.romei@federugby.it e all.navamatteo@federugby.it; Per le comunicazioni veloci potrete avvertire direttamente uno dei responsabili del centro di formazione, anche via SMS

Di seguito i contatti:

PRATO

- Valerio Bardi, 3346869683, accademiaprato@federugby.it Manager

FIRENZE

- Matteo Nava, 338 4394535, all.navamatteo@federugby.it

- Gregorio Ciampa 333 5222874 gregfirenze65@gmail.com Referente tecnico CRT