



FISG

MASTERCLASS CON
MAURIZIO MARGAGLIO

I RADUNO TRIVENETO

PALAGHIACCIO DI PERGINE

7-8 SETTEMBRE 2019

I RADUNO TRIVENETO

PALAGHIACCIO DI PERGINE

7-8 SETTEMBRE 2019

programma 7 settembre

mattino

ore 9.00, **APERTURA**

ore 9.30-10.45 **Brunella Valenti** ,
psicologa dello sport

NON SOLO LAME, MA "TESTA"

Consigli pratici e tecniche per allenare la concentrazione e sa per gestire le emozioni in vista delle nuova stagione agonistica.

11.00-12.00 **Stefania Pilan** - fotografa
fashion designer, titolare di ALLCHIGNON

PERCHE' BRILLARE, COME BRILLARE

*Consigli teorico/pratici per acconciatura,
trucco e decorazione body*

Lo scintillio permette di seguire meglio il movimento dell'atleta che si esibisce, sfruttando al meglio la luce per esaltare i requisiti di bravura, perfezione, eleganza, completezza,

Corso basato su consigli, analisi, tecniche e accorgimenti dedicato a genitori, atlete e a chi cura coreografie e/o allenamento.

ore 11-12 per i ragazzi e allenatori

ore 14.30 secondo momento per i genitori

pomeriggio

Masterclass con

MAURIZIO MARGAGLIO

campione europeo e mondiale di danza sul ghiaccio, medaglia olimpica, e ora allenatore in Finlandia.

14.30-15.20 gruppo A pista

15.20-16.10 gruppo B pista

16.10 - 16.25 rifacimento

16..20-17.10 gruppo C pista

17.10-17.50 gruppo A pista

17.50-18.05 rifacimento

18.05-18.45 gruppo B pista

18.45-19.25 gruppo C pista

*sarà presente stand di Allchignon nelle due giornate per consulenze individuali

I RADUNO TRIVENETO

PALAGHIACCIO DI PERGINE

7-8 SETTEMBRE 2019

programma 8 settembre

mattino

Masterclass con

MAURIZIO MARGAGLIO

9.30-10.25 gruppo A pista

10.-25-11.20 gruppo B pista

11.20-11.35 rifacimento

11-35-12.30 gruppo C pista

Dalle 9.30, a partire dal gruppo C, a uno a uno gli atleti saranno chiamati in pista: **Elena Mattivi** allenatrice di III livello ed esperta di biomeccanica (ha eseguito test per la nazionale giovanile)

STROMOTION

biomeccanica del salto

Elena Mattivi eseguirà la ripresa di un salto a scelta per atleta, o doppio o triplo. Verrà poi analizzata la posizione dell'asse di rotazione durante il tempo di volo per valutare la stabilità del salto.

pomeriggio

Masterclass con

MAURIZIO MARGAGLIO

14.30-15.25 gruppo A pista

15-25-16.20 gruppo B pista

16.20-16.35 rifacimento/pausa

16-35-17.30 gruppo C pista

Sala danza

Con **Enkel Zhuti**, già primo ballerino del Teatro dell'Opera di Tirana, coreografo, presidente dell'Associazione Faredanza

QUESTIONE DI LINEE

L'importanza, nel pattinaggio artistico, di allenare anche fuori ghiaccio postura, musicalità e linee

14.30-15.25 gruppo C

15.30-16.25 gruppo A

16.30-17.25 gruppo B

* **Enkel Zhuti** sarà presente anche il mattino della domenica, osserverà i ragazzi in pista in modo da poter dare qualche consiglio anche per la postura sul ghiaccio

17.30-18.00 CHIUSURA