



Federazione Italiana Nuoto Comitato Regionale Ligure

Viale Padre Santo 1- 16122 Genova

crliguria@federnuoto.it

Il Dorso

CORSO DI AGGIORNAMENTO PER TECNICI DI NUOTO

Data: 11 maggio 2025

Luogo: Casa delle Federazioni

Indirizzo: Via Padre Santo 2, Genova

La FIN Comitato Regionale Ligure organizza un Corso di aggiornamento per tecnici di nuoto con un focus sulla **tecnica del Dorso**.

Programma del corso

Primo incontro (8.30-10.30):

Le origini dello stile – Analisi storica del dorso, dai primi documenti rinascimentali alla nascita delle gare e alle evoluzioni della tecnica.

Docente: Prof. Paolo Tondina, coordinatore SIT del Comitato Regionale Ligure, Docente SNaQ

Secondo incontro (10.30-12.30):

La tecnica evoluta – Approfondimento dei principi della tecnica evoluta e metodi di osservazione, con analisi della tecnica del dorso.

Docente: Prof. Paolo Tondina, coordinatore SIT del Comitato Regionale Ligure, Docente SNaQ

Terzo incontro (13.30-15.30):

La formazione del dorsista – Discussione sulle caratteristiche del dorsista, l'allenamento del dorsista esordiente ed evoluto.

Docente: Massimiliano Lombardi, tecnico federale, allenatore dei Nuotatori Pistoiesi

Riconoscimenti formativi

- Il corso è valido per il riconoscimento di **1 credito di conoscenze SNaQ** per i tecnici che parteciperanno a tutti e tre gli incontri.
- La partecipazione alle prime due sessioni del corso (4 ore totali) è valida come **aggiornamento curricolare quadriennale per gli istruttori**.

Tariffe di partecipazione

- **€ 40** per la partecipazione ai primi due incontri (aggiornamento curricolare per Istruttori).
- **€ 50** per la partecipazione a tutti e tre gli incontri (1 credito SNaQ).

Le iscrizioni andranno effettuate tramite il **portale federale** entro il m6 maggio 2025 contestualmente all'invio della domanda di partecipazione.

Per ulteriori informazioni e iscrizioni, contattare il Comitato Regionale Ligure della FIN
t.010511571 crliguria@federnuoto.it

Non perdere l'opportunità di aggiornarti e approfondire la tecnica del Dorso con docenti esperti!