



Associazione Sportiva Dilettantistica

**PENTATHLON MODENA**

via S.Faustino 113

41100 Modena, tel e fax: 059.352050

Sull'onda del successo avuto con il WorkShop tenutosi a Modena in occasione dei Campionati Italiani assoluti, siamo ad invitarvi al

**I° Penta Point Modena**  
**Stage Tecnico di Pentathlon Moderno**  
**(incentrato su Combined-Event)**

che si terrà sempre a Modena i prossimi 17 e 18 gennaio.

Lo stage è aperto ad atleti e tecnici che vorranno confrontarsi in special modo sul "Combined-Event" (a seguire il programma dettagliato).

L'iscrizione allo stage è gratuito. Gli atleti dovranno portarsi l'arma propria.

I pasti, visto l'eccezionalità dell'evento, saranno offerti dalla società Pentathlon Moderno Modena.

E' possibile pernottare a prezzo convenzionato di circa €20.00 prenotando per tempo (spese di viaggio a carico dei partecipanti).

Sperando di aver proposto un'ulteriore attività indirizzata allo sviluppo della nostra disciplina, vi aspettiamo numerosi.

**Programma dettagliato**

**Modulo Intro**

1. Gruppo A - Sabato 17 Gennaio 2009 inizio ore 15.30 (2 ore)
  - Consegna griglie di raccolta dati e discussione
  - Evoluzione del tiro con l'inserimento del Combined-Event
  - Sviluppo di un percorso propriocettivo sul tiro (attività pratica)
  - Tavola rotonda: idee a confronto
  
2. Gruppo B - Sabato 17 Gennaio 2009 inizio ore 15.30 (2 ore)
  - Lezioni individuali e di gruppo di scherma
  - Torneo di scherma con intervento diretto dei tecnici
  -

Ore 17.00 i turni invertono l'attività

Attività a gruppi per meglio gestire tutti gli aspetti tecnici

**Modulo Evolution**

Domenica 18 Gennaio 2009 inizio ore 9.00 (4 ore)

- Simulazione di Combined-Event indoor
- Simulazione di Combined-Event outdoor
- Raccolta dati: analisi del regolamento tecnico e valutazione dei punteggi
- Tavola rotonda: idee a confronto

Tutto lo stage sarà filmato e il materiale raccolto messo a disposizione dei partecipanti