

Raduni tecnici ILCA 4 e ILCA 6

Sabato 20 e domenica 21 novembre 2021

XIII zona in collaborazione con lo Yacht Club Čupa

Premessa:

I raduni sono rivolti alla classe ILCA 4 e 6 e saranno svolti nelle date sopra riportate presso le strutture dello Yacht Club Čupa; per la classe ILCA 4, il numero di posti è limitato agli atleti che si sono selezionati per i Campionati Italiani in singolo a Cagliari e parteciperanno ad un raduno di alto livello gestito dal tecnico federale Alp Alpagut; per gli atleti ILCA 4 esclusi dal raduno e per gli ILCA 6 si propone un allenamento collegiale coadiuvato dal tecnico Alessio Spadoni.

Obiettivi del raduno

Per i raduni di alto livello l'obiettivo primario è quello di ampliare le conoscenze, competenze ed innalzare il livello dei partecipanti. Il carico di lavoro, incentrando il lavoro in mare e per singoli equipaggi verterà sulla tecnica di conduzione e sarà programmato in modo da puntare alla ottimizzazione dei fondamentali.

Per i raduni a carattere generale l'obiettivo primario è quello di creare una rete tra gli equipaggi e gli istruttori di circolo presenti per ampliare le conoscenze, competenze ed innalzare il livello dei partecipanti. Il carico di lavoro, in mare, sarà programmato in modo da ricercare le criticità al fine di puntare sul miglioramento dei fondamentali e della conduzione.

Iscrizioni

Il raduno è gratuito. Per ragioni organizzative **è richiesta l'iscrizione al raduno** entro e non oltre **lunedì 15 novembre 2021** con mail alla segreteria di Zona (xiii-zona@federvela.it) specificando quanto segue nel modulo di iscrizione in allegato. A causa dell'ingente emergenza sanitaria il numero di posti è limitato agli atleti che si sono selezionati per i Campionati Italiani in singolo a Cagliari. Come da elenco pubblicato nel sito della xiii zona i nominativi sono i seguenti:

1. **Kalc Iztok** 980758 Sirena C.N.Triestino Ass Sport Dil
2. **Centazzo Luca** 981611 Sirena C.N.Triestino Ass Sport Dil
3. **Felda Marko** 1025559 Circolo Vela Muggia Ass Dilet
4. **Degrassi Elena** 985295 Soc.Triestina Vela Ass Sport Dil Under 16 F
5. **Visintin Ivan** 1086106 Sirena C.N.Triestino Ass Sport Dil Under 16 M
6. **Finco Giovanni** 1057380 S.Naut Pietas Julia Ass Sport Dil Under 16 M
7. **Costantin Nika Maria** 1084750 S.Naut Pietas Julia Ass Sport Dil Under 16 F
8. **Masserano Giovanna** 1134880 Y C Adriaco Ass Sport Dil Under 16 F
9. **Diamanti Lelli Isabella** 1028507 S.Naut Pietas Julia Ass Sport Dil Under 16 F
10. **Visnovic Sofia** 1085615 Circolo Vela Muggia Ass Dilet Under 16 F

11. **Bazzocchi Gregorio** 1199132 Sv Cosulich Ass Velica Sport Dil Under 16 M

12. **Mauri Lorenzo** 1134981 S.Naut Pietas Julia Ass Sport Dil Under 16 M

Si prega di segnalare eventualmente anche una riserva nel modulo di iscrizione, in caso ci sia l'abbandono di uno o più partecipanti aventi diritto.

Staff tecnico

Il coordinatore del raduno è il tecnico federale Alp Alpagut coadiuvato da Alessio Spadoni.

Programma del raduno

Il raduno inizia sabato alle ore 10.00 con le barche e gli atleti già pronti per l'uscita in mare e si conclude domenica dopo il debriefing finale, verso le 17.00 circa.

La giornata di sabato sarà strutturata come segue:

Ore 10.00 breve briefing e presentazione del programma con Alp

Ore 11.00 uscita con rientro previsto verso le 16.00.

Ore 17.00 debriefing e presentazione programma per la domenica.

Avviso per coloro che non partecipano al raduno

Per l'allenamento collegiale per gli atleti Ilca 4 esclusi dal raduno e Ilca 6. Gli Atleti saranno seguiti dal tecnico Alessio Spadoni.

Gli istruttori di circolo che vogliono aggregarsi a questo allenamento devono informare il delegato della classe Riccardo Medvescek. Tutte le barche potranno essere lasciate presso lo Yacht Club Čupa.

Si prega di evitare il più possibile situazioni di assembramenti e di presentare ogni giorno il modulo di autocertificazione e la tabella temperatura entro domenica 21 novembre a Riccardo Medvescek.

Protocollo FIV per la regolamentazione Covid 19

Al fine di rispettare il Protocollo FIV previsto dalla situazione sanitaria attuale si invita gli atleti che partecipano al raduno di prestare la massima attenzione ai comportamenti da seguire tra cui va sottolineato:

Il sabato mattina bisogna consegnare il modulo di autocertificazione allegato al seguente bando al tecnico federale Alp Alpagut. La tabella temperature anch'essa allegata va compilata per ogni giorno di raduno e consegnata la domenica a raduno terminato a Riccardo Medvescek.

Le barche dovranno essere tenute nei posti loro assegnati al fine di evitare situazioni rischiose per la situazione sanitaria attuale.

Le aree esterne dovranno garantire lo spazio sufficiente per il distanziamento interpersonale di almeno 1 metro ed è obbligatorio l'uso della mascherina in tutti gli spazi del circolo ospitante. Sarà quindi necessario far uso di mascherina nelle fasi che precedono e seguono le uscite in acqua. La mascherina di protezione delle vie respiratorie deve essere indossata correttamente coprendo naso e bocca. Nelle fasi dello svolgimento dell'attività sportiva in acqua si è esclusi dall'obbligo di indossare la mascherina.

Evitare il più possibile contatti con le zone comuni (ingressi, spogliatoi, servizi igienici, locali di attesa, locali dedicati alle attività sportive, locali di ristoro, ecc.) ed arrivare possibilmente già cambiati per l'uscita in mare.

Durante lo svolgimento delle sedute di allenamento sarebbe buona norma evitare il consumo dei pasti all'interno di locali al chiuso, per limitare il contatto gli atleti con altri soggetti. Quando possibile sarebbe importante consumare i pasti in aree esterne, sempre garantendo il distanziamento sociale di almeno 1 metro.

Contatti:

DSZ: Dario Malgarise cell: 333 3005352

e mail: dario@malgarise.it

Referente raduno: Riccardo Medvescek cell: 349 7551525

e mail: delegato.xiii@gmail.com

Coord. logistica Čupa: Mirko cell: 342 3577675



Federazione Italiana Vela
XIII ZONA

Modulo di iscrizione al Raduno Tecnico Zonale 20-21 novembre 2021

Atleti che partecipano al raduno

Nome e cognome atleta	Data di nascita	N.Velico	N. Tessera FIV

Eventuale riserva

Nome e cognome atleta	Data di nascita	N.Velico	N. Tessera FIV	Circolo in cui viene ospitato

Recapito di chi porta l'atleta al raduno:

Nome cognome	N.tessera FIV	Circolo	Contatto cell.	Contatto mail

**Raduno Tecnico Zonale ILCA 4
sabato 20 e domenica 21 novembre 2021
Yacht Club Čupa**

**PROTOCOLLO DI SICUREZZA EMERGENZA COVID 19
AUTOCERTIFICAZIONE
TABELLA TEMPERATURA CORPOREA**

AFFILIATO
SOCIETÀ

ATLETA - ISTRUTTORE (Maggiorenni)
Nome e cognome
Numero tessera FIV

ATLETA (Minore)
Nome e cognome
Numero tessera FIV

Il/la sottoscritto/a _____ *esercente la patria potestà del minore

DICHIARA

Di provvedere quotidianamente a misurare la temperatura corporea riscontrando che questa sia inferiore a 37,5° C;

Di essere a conoscenza dell'obbligo di rimanere nel proprio domicilio in presenza di febbre oltre i 37,5° C o altri sintomi influenzali;

Di essere a conoscenza del fatto che se dovessero insorgere sintomi influenzali o febbrili, occorre rientrare immediatamente al proprio domicilio e non permanere all'interno dell'impianto sportivo;

Di non essere consapevole di avere avuto contatti diretti con soggetti risultati positivi al COVID-19

Di non aver effettuato viaggi da e per luoghi che hanno comportato un periodo di quarantena;

Di impegnarsi a rispettare tutte le disposizioni, in primis il distanziamento interpersonale, ed osservare le regole di igiene attraverso il lavaggio frequente delle mani e l'adozione di tutte quei comportamenti corretti dal punto di vista dell'igiene.

Data

Firma



Federazione Italiana Vela
XIII ZONA

**Raduno Tecnico Zonale ILCA 4
sabato 20 e domenica 21 novembre 2021
Yacht Club Čupa**

**PROTOCOLLO DI SICUREZZA EMERGENZA COVID 19
AUTOCERTIFICAZIONE
TABELLA TEMPERATURA CORPOREA**

AFFILIATO
SOCIETÀ

ATLETA - ISTRUTTORE – UFFICIALE DI REGATA – STAZZATORE (Maggiorenni)
Nome e cognome
Numero tessera FIV

ATLETA (Minore)
Nome e cognome
Numero tessera FIV

DATA	ORA	TEMPERATURA RILEVATA

Data

Firma