



Federazione Ticinese  
di Pattinaggio

SWISS  
ICE SKATING

## PROGRAMMA CORSO MONITORI

### BELLINZONA 11 SETTEMBRE 2022

**MATTINO : aperto solo ai monitori che partecipano per la prima volta al corso**

**Orario: inizio corso 8:00 - fine corso 12:45**

<b>08:00</b>	<b>Ritrovo all'entrata del Centro GS a Bellinzona</b> Apertura corso
<b>08:10 – 09:00</b>	<b>Teoria</b> -Le regole base per un buon monitore -Preparazione lezione per stella 1 (riscaldamento + esercizi)
<b>09:30 –11:30</b>	<b>Ghiaccio: Centro Sportivo Bellinzona</b>
09:30–10:30	Dimostrazione ed esercitazione elementi stella 1
10:30 –10:40	Pausa
10:40 –11:30	Lezione con bambini livello stella 1
<b>11:45</b>	<b>Pranzo presso ristorante Centro Sportivo Bellinzona</b>
<b>12:30- 12.45</b>	<b>Feedback e Fine corso</b>

**Direzione del corso:** Marinella Riva e Federica Ferrari

**Condizioni:** età minima 14 anni

**Assicurazione:** individuale per i partecipanti

**Equipaggiamento:** pattini, abbigliamento caldo per allenamento, materiale per appunti e regolamento stella 1

**Iscrizione:** unicamente tramite il Club di appartenenza **entro il 28 agosto 2022**

**L'iscrizione al corso è vincolante, assenze giustificate solo in caso di infortunio o malattia. Avisare tempestivamente tramite email a: [info@ftp-skating.ch](mailto:info@ftp-skating.ch)**

**L' iscrizione e il pranzo sono offerti da FTP / SIS**

**Le monitrici G+S sono esonerate**



Federazione Ticinese  
di Pattinaggio

SWISS  
ICE SKATING

## PROGRAMMA CORSO MONITORI BELLINZONA, 11 SETTEMBRE 2022

**POMERIGGIO: aperto ai monitori**

**Orario: inizio corso 15:00– fine corso 19:00**

<b>15:00</b>	<b>Ritrovo all'entrata del Centro GS a Bellinzona</b> Apertura corso
<b>15:15 – 16.30</b>	<b>Teoria</b> -Ricordarsi... le regole per un buon monitore -La pianificazione nello sport del pattinaggio -Lavoro di gruppo: pianificazione di una lezione
<b>17:00 – 19:00</b>	<b>Ghiaccio: Centro Sportivo Bellinzona</b>
17:00 – 17:50	Riscaldamento, dimostrazione e esercitazione (stelle 2, 3, 4)
17:50 – 18:00	Pausa
18:00 – 18:50	Lezione con i bambini
18:50 – 19:00	Feedback e chiusura corso

**Direzione del corso:** Marinella Riva e Federica Ferrari

**Condizioni:** età minima 14 anni

**Assicurazione:** individuale per i partecipanti

**Equipaggiamento:** pattini, abbigliamento caldo per allenamento, materiale per appunti e regolamento stelle 1-4

**Iscrizione:** unicamente tramite il Club di appartenenza **entro il 28 agosto 2022**

**L'iscrizione al corso è vincolante, assenze giustificate solo in caso di infortunio o malattia. Avisare tempestivamente tramite email a: [info@ftp-skating.ch](mailto:info@ftp-skating.ch)**

**L'iscrizione è offerta da FTP**

**Le monitrici G+S sono esonerate**