



Federazione
Italiana
Sport
Invernali

Scuola Tecnici Federali

Discipline Nordiche e Sci Alpinismo

CORSO FORMAZIONE ALLENATORI II LIVELLO FONDO VAL DI Fiemme

ORE		ARGOMENTO	DOCENTE	NOTE
dalle	alle			
martedì 6 ottobre 2026				
08:30	10:30	MODELLO PRESTATIVO E FATTORI CHE DETERMINANO LA PERFORMANCE: CENNI GENERALI	PELLEGRINI	
10:30	12:30	DETERMINANTI BIOMECCANICI DELLA PERFORMANCE: CENNI GENERALI	PELLEGRINI	
14:00	16:00	CLASSIFICAZIONE E CARATTERISTICHE DEI MEZZI DI ALLENAMENTO	SCOLA	
16:00	18:00	REGOLAMENTI "NAZIONALI" PER LO SCI DI FONDO	ROSA	
mercoledì 7 ottobre 2026				
08:30	10:30	SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI	BETTA	
10:30	12:30	SVILUPPO DELLA RESISTENZA CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI	BETTA	
14:00	16:00	SVILUPPO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI (PRATICA)	BETTA-RIVERO	gruppo A e B
16:00	18:00	SVILUPPO DELLA RESISTENZA CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI (PRATICA)	BETTA-RIVERO	gruppo B e A
giovedì 8 ottobre 2026				
08:30	10:30	SVILUPPO DELLA FORZA E DELLA VELOCITÀ CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI	BETTA	
10:30	11:30	PROGRAMMAZIONE A LUNGO TERMINE (FOCUS FINO A U16)	RIVERO	
11:30	12:30	ORGANIZZAZIONE E GESTIONE DELL'ATTIVITA' SPORTIVA	RIVERO	
14:00	16:00	SVILUPPO DELLA FORZA CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI (PRATICA)	BETTA-RIVERO	gruppo A e B
16:00	18:00	SVILUPPO DELLA VELOCITA' CON MEZZI SPECIALI E SPECIFICI (PRATICA)	BETTA-RIVERO	gruppo B e A
venerdì 9 ottobre 2026				
08:30	10:30	IL DIARIO DI ALLENAMENTO:: UTILIZZO DI BASE E GESTIONE DEI DATI	SCOLA	
10:30	12:30	LO STATO ATTUALE DELLO SCI DI FONDO GIOVANILE IN ITALIA	CAMPACI-RIVERO	
14:00	16:00	PROGETTARE L'ALLENAMENTO PER GLI U14 E U16	BETTA-RIVERO	
16:00	18:00	PROGETTARE L'ALLENAMENTO PER GLI U14 E U16 (PRATICA)	BETTA-RIVERO	
sabato 10 ottobre 2026				
08:30	10:30	GESTIONE DELL'ATTIVITA' SPORTIVA PER GLI U10 E U12	ZOPPIROLI	
10:30	12:30	GESTIONE DELL'ATTIVITA' SPORTIVA PER GLI U10 E U12 (PRATICA)	ZOPPIROLI	
14:00	16:00	MATARIALI (PRATICA)	PASINI FABIO	
domenica 11 ottobre 2026				
08:30	09:00	ESAMI PROVA SCRITTA	FISI	
09:30	12:30	ESAMI PROVE ORALI	FISI	
14:00	16:00			
16:00	18:00			

SEDE LEZIONI:

Centro Fondo Tesero

DOCENTI:

BETTA	Direzione agonistica fondo FISI
ROSA ANNA	FISI Giudici di gara
PELLEGRINI	CERISM Rovereto
CAMPACI	STF FISI
SCOLA	Direzione agonistica fondo FISI
PASINI	Direzione agonistica fondo FISI
RIVERO	Direzione agonistica fondo FISI
ZOPPIROLI	CERISM Rovereto