



Associazione Italiana Master Scherma



Rimini, 23 dicembre 2010

Circolare n° 5 – 2010-11

MODIFICATA

ALLENAMENTO MASTER **da domenica 2 a giovedì 6 GENNAIO 2011** **Impianti Sportivi dell'Acqua Acetosa - ROMA**

L'**AMIS**, su proposta del Commissario Tecnico della Nazionale Master **M° Nicola Comincini** e in collaborazione con la **Federazione Italiana Scherma**, organizza dal **2 al 6 GENNAIO 2011** un allenamento collegiale di Fioretto, Spada e Sciabola, aperto a tutti gli schermatori Master italiani e stranieri.

Responsabile e coordinatore dell'allenamento: M° Nicola Comincini, cell. 334 9502443.

SEDE dell'allenamento

Centro di Allenamento Federale di Scherma - Impianti Sportivi dell'Acqua Acetosa, Largo Giulio Onesti 1 - ROMA.

RITROVO

Domenica 2 gennaio 2011 alle ore 16:00 presso il Centro di Allenamento Federale di Scherma.

PROGRAMMA

ORARIO ALLENAMENTI

DATA	MATTINA	POMERIGGIO
02/01/2011	Arrivo	16:00 - 19:00
03/01/2011	09:00 - 12:30	16:00 - 19:00
04/01/2011	09:00 - 12:30	16:00 - 19:00
05/01/2011	09:00 - 12:30	16:00 - 19:00
06/01/2011	09:00 - 12:30	Partenza

Gli allenamenti saranno costituiti da una fase di riscaldamento/preparazione atletica la mattina, seguiti da assalti liberi e lezioni individuali programmate preventivamente con il Commissario Tecnico.

Lunedì pomeriggio 3 gennaio dalle ore 14:30 alle 16:30 è previsto un incontro, progettato in forma di tavola rotonda /dibattito, con il dr. Antonio Fiore, medico federale specialista in Medicina dello Sport che risponderà alle domande sulla prevenzione degli infortuni e la fisiologia dell'allenamento, e con la prof.ssa Stefania Nicotra, docente in metodologia dell'allenamento con riferimento alle categorie Master.



Associazione Italiana Master Scherma



Nella mattina del **6 gennaio** è prevista la consueta **gara di chiusura** del collegiale.

STAFF TECNICO

La preparazione sarà curata dal Commissario Tecnico della Nazionale Master **M° Nicola Comincini**.

La quota di iscrizione all'allenamento è di € 25,00 da versare all'arrivo a Roma all'incaricato **AMIS**, mentre la prenotazione e il pagamento delle camere presso l'hotel suggerito dovranno essere effettuati direttamente dai partecipanti.

HOTEL SEGNALATO dalla Federazione Italiana Scherma

EUROGARDEN Hotel 

Tel. 06 8852751

Salita Castel Giubileo 197 Grande Raccordo Anulare Uscita 7 - 00138 Roma

Prezzo per camera (singola o doppia) B&B € 85,00

Inviare la prenotazione entro il 28 dicembre all'attenzione del signor Luca Lemma

lucalemma@eurogarden.net

citando la convenzione "Federazione Italiana Scherma".

L'hotel mette a disposizione una navetta fino alla stazione del trenino che porta direttamente agli Impianti Sportivi dell'Acqua Acetosa.

Si invitano gli atleti interessati

**a prenotare le camere direttamente all' EUROGARDEN Hotel con le modalità indicate e
a dare l'adesione all'allenamento alla Segreteria AMIS tel./fax 0541 782371,
cellulare 338 7781719, e-mail amis.italia@yahoo.it
entro **MARTEDÌ 28 DICEMBRE 2010****

Cordiali saluti.

Il Consiglio Direttivo
AMIS