

## ISTRUZIONI PER LA COMPILAZIONE

Istruzioni al fine di una rapida ed efficace compilazione e relativa valutazione della Domanda di Ammissione al progetto *Run Card Silver – Senior in Movimento*.

- 1) Scaricare il file tramite il link [https://www.fidal.it/upload/files/2023/BANDO\\_ASD\\_PROGETTI\\_80MLN\\_RUNCARD\\_SILVER\\_DOMANDA\\_AMMISSIONE\\_COMPILABILE.pdf](https://www.fidal.it/upload/files/2023/BANDO_ASD_PROGETTI_80MLN_RUNCARD_SILVER_DOMANDA_AMMISSIONE_COMPILABILE.pdf)
- 2) Per una corretta compilazione su PC
  - a. salvare il file sul Desktop o in altra cartella
  - b. Il file è un PDF compilabile, tutte le informazioni necessarie alla compilazione sono caselle in cui è possibile digitare le informazioni richieste.
  - c. Firmare il file con firma digitale o riportando il Nome e Cognome del presidente nell'apposita casella di firma in calce al documento
- 3) Per una corretta compilazione su Smartphone o Tablet, si consiglia di utilizzare una app di compilazione PDF e firma come, ad esempio, l'app *Adobe Fill&Sign* che consente di apportare anche una firma grafica al documento

Alcune indicazioni sulla compilazione:

- a) In caso di partecipazione a diversi progetti, occorre indicare su ciascun progetto una diversa priorità nella apposita casella, è sufficiente cliccare sulla casella rettangolare per indicare la priorità che si intende dare al progetto. Progetti diversi presentati dalla stessa ASD/SSD devono avere diversa priorità

**PROGETTO RUN CARD SILVER**

DOMANDA DI AMMISSIONE

**PRIORITA' PROGETTO**  
 1^  2^  3^

IL/LA SOTTOSCRITTO/A

COGNOME ROSSI	NOME MARIO	LUOGO DI NASCITA MILANO	PROVINCIA BA	DATA DI NASCITA 01.01.1970
CODICE FISCALE	INDIRIZZO	LUOGO DI RESIDENZA	PROVINCIA	

- b) Compilare le caselle previste dal modulo e salvare il documento

- c) Nella sezione Organico Tecnico, indicare per ogni tecnico la qualifica, ed in caso di Allenatori Specialisti, indicare la tipologia di specializzazione. Informazione non rilevante per i tecnici di livello Istruttore/Allenatore

**ORGANICO TECNICO**

NOMINATIVO	LIVELLO TECNICO	SESSO	SPECIALIZZAZIONE	TELEFONO	EMAIL
Paolo Bianchi	ASA (*) <input checked="" type="checkbox"/> ALL <input type="checkbox"/> IST <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/>		Lanci	123-333442	p.bianchi@gmail.com
Mario Rossi	ASA (*) <input type="checkbox"/> ALL <input checked="" type="checkbox"/> IST <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/>			233-456789	m.rossi@gmail.com
	ASA (*) <input type="checkbox"/> ALL <input type="checkbox"/> IST <input type="checkbox"/> M <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/>				

- d) Compilare fino a tre diverse proposte di corso, su tre diverse specialità (o gruppi di specialità), dettagliare la proposta con le informazioni organizzative (tecnici/impianto/periodo di svolgimento/gratuità-costo).
- e) Indicare (allegando copie di eventuali accordi/convenzioni) la collaborazione con delle associazioni/organizzazioni che si occupino di supporto alla terza età ed al relativo sostegno

*COLLABORAZIONI CON COOPERATIVE SOCIALI/ASSOCIAZIONI CHE SI OCCUPANO CHE SI OCCUPANO DI ATTIVITÀ DEDICATE ALLA TERZA ETÀ E CHE FORNISCAO ASSISTENZA ANCHE AGLI ANZIANI PIÙ VULNERABILI E IN SITUAZIONI DI SVANTAGGIO*

CODICE FISCALE	DENOMINAZIONE ORGANIZZAZIONE	DATA INIZIO COLLABORAZIONE
342343	UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA'	10/02/2020
<b>DESCRIZIONE COLLABORAZIONE</b>		
COLLABORAZIONE COSTANTE CON LA COOPERATIVA CHE ORGANIZZA CORSI PER LA TERZA ETA' CON PARTICOLARE RIFERIMENTO ALL'INTRODUZIONE		
DEI LORO ALLIEVI ALLA PRATICA DI ATTIVITA' MOTORIA DI BASE... XXX YYYYY ZZZZ ... XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...		
XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...		
XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...XXX YYYYY ZZZZ ...		

- f) Indicare in forma sintetica:
  - a. *Proposta Metodologica* (quale metodologia/mezzi si intende utilizzare ai fini dell'allenamento),
  - b. *Proposta Organizzativa* (ad esempio distribuzione nel tempo delle varie fasi del corso, diversa assegnazione di compiti ai tecnici, organizzazione della logistica dell'allenamento etc..),
  - c. Proposta in termini di *Innovazione* (mezzi di valutazione funzionale/attrezzature per il training/metodologia etc..)
- g) Attraverso le apposite caselle di selezione indicare se il corso sarà sviluppato con riferimento alle specialità di velocità o di resistenza (è possibile selezionare entrambe le opzioni)
- h) Tener conto delle seguenti osservazioni:
  - a. La data di inizio corso è da considerare come data stimata di inizio delle attività come prima lezione, verrà utilizzata per la promozione del corso sui canali digitali
  - b. La "tariffa" è da intendersi come costo complessivo del corso (minimo 6 mesi)

CORSO		TECNICI DI RIFERIMENTO E PROPOSTA CORSO BASE "MOVIMENTO"			
<input checked="" type="checkbox"/> BASE	TECNICO DI RIFERIMENTO	NUM TESSERA	TECNICO ASSISTENTE	NUM TESSERA	
	BIANCHI MARIU	12345	RUSSI ANDREA	52654	
	IMPIANTO	FASCIA ORARIA	GIORNI DELLA SETTIMANA		
	Arena di Milano	16-18	Lun <input type="checkbox"/> Mar <input type="checkbox"/> Mer <input type="checkbox"/> Gio <input checked="" type="checkbox"/> Ven <input checked="" type="checkbox"/> Sab <input checked="" type="checkbox"/> Dom <input type="checkbox"/>		
ORE LEZIONE SETTIMANALI	DATA INIZIO CORSO	MESI			
3	15-04-2023	Apr <input checked="" type="checkbox"/> Mag <input checked="" type="checkbox"/> Giu <input checked="" type="checkbox"/> Lug <input type="checkbox"/> Ago <input type="checkbox"/> Set <input checked="" type="checkbox"/> Ott <input checked="" type="checkbox"/> Nov <input checked="" type="checkbox"/> Dic <input checked="" type="checkbox"/>			
NUMERO PARTECIPANTI AMMESSI	NUMERO ORE LEZIONE SETTIMANALI	COSTO DI PARTECIPAZIONE		TARIFFA	
10-15 <input checked="" type="checkbox"/> 16-20 <input type="checkbox"/> >20 <input type="checkbox"/>	3	Gratuito <input checked="" type="checkbox"/> Tariffe agevolata <input type="checkbox"/>		€	
DESCRIZIONE PROPOSTA PROGETTUALE DEL CORSO					
PROPOSTA METODOLOGICA					
Sviluppo coordinato delle attività motorie di base, iniziando dalle capacità coordinative e propriocettive, si svilupperà					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
PROPOSTA ORGANIZZATIVA					
Verrà dato pieno supporto logistico organizzando un servizio navetta per i soggetti con difficoltà motorie o organizzate					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
INNOVAZIONI					
Ci avvarremo di test e strumentazione dedicata per la misurazione della reattività motoria oculo-manuale e ....					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					
xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz... xxx yyyy zzz...					

i) A seconda della propria organizzazione e delle proprie competenze tecniche, si potrà proporre l'organizzazione di uno o più corsi nelle categorie Base/Intermedio/Manuale

BASE                       INTERMEDIO                       AVANZATO

j) La casella di firma può essere compilata come tutte le altre caselle indicando il Nome e Cognome del Presidente della ASD/SSD

Inviare il file PDF per PEC all'indirizzo [runcardsilver.fidal@pec.net](mailto:runcardsilver.fidal@pec.net) unitamente al documento di identità del Presidente **ENTRO LE ORE 12.00** del GIORNO **03 Marzo 2023**