

# SEMINARIO

**Quando un “ostacolo” diventa un vantaggio! Mobilità e ritmica come mezzo di allenamento. (V. Borsi)**

**Efficacia della comunicazione tecnico-atleta e tecnico-gruppo (O. Isgrò)**

**Contenuto1 (V. Borsi):** esercitazioni tra gli ostacoli per sviluppare competenze motorie affini alla velocità, ai salti ed ai lanci, oltre che, ovviamente, agli ostacoli. Cercheremo di dimostrare come piccole variazioni ad esercizi canonici facciano sì di caratterizzare alcune esecuzioni per raggiungere finalità anche differenti da quelle delle specialità degli ostacoli, evidenziando, di fatto, come l'utilizzo di semplici strumenti, sempre a disposizione, possa diventare utile per raggiungere obiettivi tecnici coordinativi per tutte le discipline.

**Contenuto2 (O. Isgrò):** La comunicazione nello sport è un mero scambio di informazioni o un elemento di crescita? Cosa implica l'importanza della comunicazione nello sport? Come viene raggiunta? Predisporre all'ascolto e alla gestione dei feedback. L'efficacia di un messaggio è influenzata dai tre canali comunicativi: Verbale, Non Verbale e Paraverbale.

**Sabato 2 dicembre 2023**

**Impianto Tor di Quinto - Sapienza Sport  
ROMA, Via delle Fornaci di Tor di Quinto 64**

**Relatori: Veronica Borsi - Ottaviano Isgrò**

**Programma del seminario**

- Ore 14,00 accoglienza, distribuzione materiale
- Ore 14,30 inizio lavori
- Ore 15,30 - 16,00 pausa caffè
- Ore 16,00 ripresa lavori
- Ore 19,00 conclusione, discussione e saluti

- 
- Il seminario è organizzato dal **CP FIDAL Roma**, in collaborazione con il Centro Studi & Ricerche FIDAL valido per l'acquisizione di **0,5 crediti formativi per tecnici di atletica leggera**.
  - Le iscrizioni dovranno essere inviate, entro giovedì 30 novembre 2023 al seguente indirizzo e-mail: [cp.roma@fidal.it](mailto:cp.roma@fidal.it).
  - Il costo è di € 30,00 che dovranno essere saldati in contanti alla segreteria del seminario al momento dell'accoglienza.

**Federazione Italiana di Atletica Leggera**

**Comitato Provinciale FIDAL ROMA** <http://roma.fidal.it/>

*Via Flaminia Nuova, 830 00191 Roma Italia mail: [cp.roma@fidal.it](mailto:cp.roma@fidal.it)*