



FEDERAZIONE ITALIANA SPORT EQUESTRI DIPARTIMENTO VOLTEGGIO

Programma del corso

2 ° Stage del 2° Corso 6-7-8 DICEMBRE 2010 -
Club Equestre Caldese - Lerchi di Città di Castello (Perugia)

GIORNI	ORE 9.30 - 13.00	ORE 15.00- 19.00
LUNEDI 6.12.2010	Teoria: Lavoro del cavallo da volteggio: biomeccanica- studio delle andature - preparazione atletica del cavallo da Volteggio	Pratica - TECNICA DEL LAVORO ALLA LONGIA
MARTEDI 7.12.2010	Pratica - TECNICA DEL LAVORO ALLA LONGIA	Teoria: Importanza della Preparazione Fisica Finalizzata Al Volteggio Tecnica Di Volteggio
MERCOLEDI 8.12.2010	Pratica: PREPARAZIONE FISICA FINALIZZATA AL VOLTEGGIO - TECNICA DI VOLTEGGIO	Pratica- TECNICA DI VOLTEGGIO

Il Programma potrebbe subire qualche piccola variazione per esigenze didattiche.

Si ricorda un abbigliamento adeguato all'attività pratica di volteggio
(tuta e scarpe da ginnastica)