

Ottime prestazioni delle atlete calabresi al raduno interregionale **Attività Tecnica Regionale**

Inviato da : Itripodi

Pubblicato il : 27/7/2011 16:00:00

Si è tenuto a Candela nei giorni 22 23 e 24 luglio il secondo raduno tecnico interregionale di Tiro a Segno organizzato dalla federazione che comprendeva tutti i migliori atleti del sud Italia.



I tecnici federali Zublasing per le Carabine e Ranno per le Pistole hanno predisposto una serie di prove controllate, simulazioni e test di vario tipo per verificare le capacità degli atleti intervenuti ed hanno infine dato indicazioni sulle metodiche di allenamento indicando ad ogni atleta gli aspetti da migliorare.

Le atlete calabresi hanno dimostrato grande capacità ed ottime doti anche se dovranno lavorare parecchio in previsione dei prossimi Campionati Italiani di Settembre a Milano.

Un aspetto che è stato sottolineato e che interessava la maggior parte dei nostri atleti, è l'allenamento fisico volto non tanto a creare massa muscolare quanto a consentire uno svolgimento corretto del gesto sportivo. Molte volte i nostri atleti pensano che sia più importante l'allenamento tecnico in pedana piuttosto che l'attività in palestra o il fitness in generale, ma la conduzione corretta di una gara non può prescindere dall'aspetto fisico dell'atleta che deve consentire margini di recupero e di resistenza nel corso dell'intera prestazione sportiva.

Siamo sicuri che faranno tesoro dei consigli ricevuti ed in attesa di Milano auguriamo
Buon Tiro....