

Corso: Boccia in sedia a rotelle – Corso introduttivo

Data: 5 – 6 aprile 2025

Luogo: Nottwil e Luceran

Descrizione: Questo corso spiega le regole di base delle due discipline: Boccia Paralimpica (giocata in palestra con le bocce in stoffa) e Boccia Sitting giocata (sul campo di boccia con le bocce classiche). Grazie a questo corso i partecipanti potranno organizzare di eventi (inclusivi) di Boccia.

Formatori: Damiano Zemp (Esperto ESA), Maurizio Dalla Fratte (Esperto di Boccia), Marco Bruni (consulente sportivo ASP).

Sabato 5 aprile 2025		
9.00 – 9.30		Apertura del corso Saluti Introduzione al tema
9.30 – 10.30		Teoria: Boccia Paralimpica Storia e principi Regole
10.30 – 11.00		Pausa
11.00 – 12.00		Teoria: Boccia Paralimpica Categorie Materiali Aiutanti
12.00 – 13.30		Pranzo
13.30 – 15.00		Esercizi pratici Esercizi per principianti Esercizi di allenamento
15.00 – 15.30		Pausa
15.30 – 16.30		Forme di gioco e torneo
16.30 – 17.00		Riflessioni e valutazione della giornata

Domenica 6 aprile 2025		
9.00 – 9.30		Trasferimento a Lucerna
9.30 – 10.30		Teoria: Boccia Sitting Regole Tecniche
10.30 – 11.00		Pausa
11.00 – 12.00		Esercizi pratici Esercizi per allenare le differenti tecniche
12.00 – 13.30		Pranzo
13.30 – 15.30		Forme di gioco inclusive e torneo
15.30 – 16.00		Valutazione del corso e conclusione