



Corso formazione di scherma paralimpica

SCHERMA PARALIMPICA L'ALLENAMENTO DI SOGGETTI CON LESIONE MIDOLLARE

INTRODUZIONE

Da qualche anno la scherma in carrozzina è entrata a far parte della grande famiglia della Federazione Italiana Scherma (FIS) e sono sempre in aumento gli atleti disabili che si avvicinano a questo sport.

In Unità Spinale Unipolare (USU) presso l'Ospedale Niguarda di Milano, struttura dedicata specificatamente alle persone che hanno avuto una lesione al midollo spinale, la scherma in carrozzina è stata inserita nel programma di Sport Terapia e avviamento allo sport, riconoscendo alla sua pratica una valenza terapeutica non indifferente. Molte sono le persone con lesione midollare che si sono avvicinate alla scherma in carrozzina e ne hanno ottenuto molti benefici sia fisici, sia psicologici.

L'Accademia Scherma Groane (ASG), società composta solamente da atleti disabili, ha organizzato questo corso con lo scopo di dare dei suggerimenti ai tecnici delle società schermistiche del territorio, sulle persone con lesione midollare e il loro approccio alla pratica della scherma in carrozzina.

Il corso, di durata giornaliera, si compone di due momenti:

- Durante la sessione della mattina, si effettuerà una parte teorica, in cui si affronteranno le problematiche principali della persona con lesione midollare, la preparazione atletica specifica e l'avviamento all'arma spada nelle 3 categorie A, B e C;
- Durante la sessione del pomeriggio invece, verrà svolta una parte pratica. Grazie all'attrezzatura presente in USU (messa a gentile disposizione sia dalla struttura stessa sia da AUS Niguarda ONLUS) e agli atleti para/tetraplegici dell'ASG, i tecnici saranno divisi in gruppi e potranno provare a dare lezione e seguire gli assalti.

A.S.D ACCADEMIA SCHERMA GROANE

SEDE SOCIALE: VILLAGGIO FRANCA, 20020 BUSTO GAROLFO (MI)

C.F: 91105390156

TEL. 0331.567712 347.8830705 E-MAIL:ACCADEMIASCHERMAGROANE@GMAIL.COM



PROGRAMMA DEL CORSO

MATTINO PARTE TEORICA

- ore 9:30 Introduzione al corso e saluti
- ore 10:00 “Caratteristiche della persona con lesione midollare” *FT Pietro Maiocchi*
- ore 10:45 “Esercizi di preparazione atletica” *Dott. Alessandro Femiano*
- ore 11:15 PAUSA CAFFE’
- ore 11:30 “Avviamento alla pratica dell’arma spada nella persona con lesione midollare” *Dott.ssa Carolina Gambirasio*
- ore 12:15 “Ausili per la pratica alla scherma in carrozzina nelle persone con tetraplegia” *Dott.ssa Carolina Gambirasio*
- ore 12:45 spazio dedicato ad eventuali domande dei partecipanti

ore 13:00 – ore 14:00 PAUSA PRANZO

POMERIGGIO PARTE PRATICA

- ore 14:15 – ore 15:15 “Esempio di preparazione atletica: gestione del gruppo in palestra”. Verrà presentato un allenamento tipo con gli atleti in carrozzina, ed ai partecipanti verrà proposto di svolgere gli esercizi insieme a loro.
- ore 15:30 – ore 17:30 I tecnici saranno divisi in gruppi, proveranno a seguire gli atleti in lezione e durante gli assalti

Il corso, approvato dalla FIS, è stato valutato con l’assegnazione di 1 credito formativo ai tecnici partecipanti

A.S.D. ACCADEMIA SCHERMA GROANE

SEDE SOCIALE: VILLAGGIO FRANCA, 20020 BUSTO GAROLFO (MI)
C.F: 91105390156

TEL. 0331.567712 347.8830705 E-MAIL:ACCADEMIASCHERMAGROANE@GMAIL.COM



DESTINATARI: Tecnici di 1°, 2° e 3° livello. I partecipanti sono invitati a presentarsi con abbigliamento e l'occorrente per dare lezione di spada.

GIORNO: Sabato 7 marzo 2015

LUOGO: Palestra Sportiva dell'Unità Spinale Unipolare c/o Ospedale Niguarda Ca' Granda di Milano. Si può entrare con la macchina all'interno dell'ospedale da Via Ausonio Zubiani (parcheggio sud – ingresso autorizzati), ritirando il tesserino.

COSTO: 35€ a persona da versare direttamente sul posto

ISCRIZIONI: Le iscrizioni dovranno essere inoltrate entro lunedì 2 marzo 2015, con una e-mail all'indirizzo della società organizzatrice: accademiaschermagroane@gmail.com
Per qualsiasi informazione potete contattare la dott.ssa Carolina Gambirasio al cell. 347.8830705

Il corso verrà svolto al raggiungimento di un numero minimo di 10 partecipanti. Il numero massimo di partecipanti è stato fissato a 20 persone.

Il Presidente ASG
Dott.ssa Carolina Gambirasio

A.S.D. ACCADEMIA SCHERMA GROANE

SEDE SOCIALE: VILLAGGIO FRANCA, 20020 BUSTO GAROLFO (MI)
C.F: 91105390156

TEL. 0331.567712 347.8830705 E-MAIL:ACCADEMIASCHERMAGROANE@GMAIL.COM