



**PROGETTO PER LA RAPPRESENTATIVA REGIONALE DI PIAZZA DI SIENA  
2020**

Per la stagione agonistica 2020 il Comitato Veneto ha previsto un progetto di lavoro e selezione per la Rappresentativa Regionale di Piazza di Siena strutturato secondo i seguenti punti:

1. Ad inizio stagione verrà organizzato un incontro presso il Comitato in cui lo staff tecnico esporrà il progetto e le modalità di selezione e lavoro a tecnici e allievi;
2. I tecnici e i binomi interessati dovranno dare la loro adesione **entro il 20 febbraio c.a.** – mezzo mail [segreteria.rz@fiseveneto.com](mailto:segreteria.rz@fiseveneto.com) ;
3. Le selezioni avverranno su scelta soggettiva del Selezionatore Antonio Piovan che monitorerà l'andamento dei binomi nei mesi antecedenti la gara a squadre presenziando ad alcuni concorsi e avvalendosi dell'aiuto di collaboratori per quelli a cui non sarà presente;
4. Per la rappresentativa regionale in oggetto sono previste le seguenti attività:
  - Un raduno di metà periodo per tutti i ragazzi che hanno aderito alla selezione strutturato come segue
    - Un'ora di lavoro tecnico in sella
    - Un'ora di colloquio di gruppo con la Dott.ssa Olimpia Guazzo
    - Mezzora di lavoro fisico con la Dott.ssa Stella BrugnoneÈ auspicata la presenza di tutti i ragazzi, trattandosi di un momento di conoscenza, crescita e costruzione dello spirito di gruppo indispensabile per affrontare una gara a squadre
  - Un ritiro **OBBLIGATORIO** di due giorni per i 5 binomi selezionati per la squadra, che si svolgerà il fine settimana del 23-24 maggio;
    - Verrà scelta una struttura che possa ospitare cavalli e cavalieri .
    - Per entrambi i giorni sono previste attività di lavoro tecnico in sella, di mental training con la Dott.ssa Guazzo e di preparazione fisica con la Dott.ssa Brugnone;
5. Al termine del periodo di selezione a tutti i binomi che avranno dato la loro adesione verrà comunicato se rientrano nei cinque selezionati o meno;



## Comitato Regionale Veneto

---

6. Durante la manifestazione in oggetto, per i binomi selezionati per rappresentare la regione è previsto che:
  - Colazione, pranzo e cena vengano consumati assieme, secondo le tempistiche accordate con il Capo Equipe in funzione delle esigenze dei cinque atleti e degli orari di gara
  - Prima di ciascun giorno di gara verrà eseguita un'attivazione fisica secondo le indicazioni della Dott.ssa Brugnone e la visualizzazione del percorso secondo le indicazioni della Dott.ssa Guazzo
  - Al termine di ciascun giorno di gara verrà eseguito un rilassamento e allungamento muscolare secondo le indicazioni della Dott.ssa Brugnone e un esercizio di mindfulness secondo le indicazioni della Dott.ssa Guazzo;
  
7. Al termine del concorso sarà organizzato un incontro in Comitato tra i cinque binomi costituenti la Rappresentativa Regionale e la Presidente Clara Campese. Tale occasione rappresenta un memento in cui gli atleti potranno esporre i loro feedback in merito al periodo di selezione e allo svolgimento della gara. Le opinioni raccolte verranno utilizzare per migliorare lo svolgimento futuro del progetto;