

Piediluco, 26 novembre 2011

Raduno PO-SA test dicembre 2011

Prot. n. 2168

Spett. Società interessate
e, p.c. Egr. Presidente F.I.C.
Egr. Componenti Consiglio Federale F.I.C.
Egr. Segretario Generale F.I.C.
Spett. Comitati – Delegazioni Regionali F.I.C.

Oggetto: Raduno Nazionale " Preparazione Olimpica" Senior Maschile :

- 1° Gruppo Piediluco 5-6 dicembre 2011
- 2° Gruppo Piediluco 6-7 dicembre 2011

I seguenti Vogatori sono convocati dal C.T. S.M. Giuseppe De Capua, per partecipare al Raduno Nazionale, in programma a Piediluco nei giorni e negli orari indicati per ciascun Gruppo.

Si raccomanda la puntualità.

- Gruppo 1 :dalle h 17:00 di lunedì 5/12 nell'Hotel Miralago, sino alle 13 circa di martedì 6.

Alle 18,00 di lunedì 5 inizierà la seduta di pesi, nella palestra del Centro Nazionale.

Martedì 6 dicembre s'effettuerà, nel laboratorio del Centro Nazionale, lo step test per il VO2max.

Atleta

Società

| | |
|------------------------|--------------------|
| 1- Cagna Gabriele | S.C. Eridanea |
| 2- Cardaioli Francesco | S.C. Padova |
| 3- Frattini Pierpaolo | C.C. Aniene |
| 4- Galtarossa Rossano | S.C. Padova |
| 5- Perino Paolo | S.S. Murcarolo |
| 6- Raineri Simone | G.N. Fiamme Gialle |
| 7- Stefanini Matteo | G.N. Fiamme Gialle |
| 8- Venier Simone | G.N. Fiamme Gialle |

- Gruppo 2 :dalle h 17 di martedì 6/12 nell'Hotel Miralago, sino alle 13 circa di mercoledì 7.

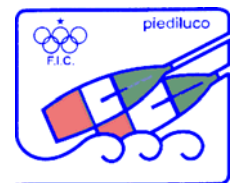
Alle 18,00 di martedì 6 inizierà la seduta di pesi, nella palestra del Centro Nazionale.

Mercoledì 7 dicembre s'effettuerà, nel laboratorio del Centro Nazionale, lo step test per il VO2max

Atleta

Società

| | |
|-----------------------|--------------------|
| 1- Agamennoni Luca | G.N. Fiamme Gialle |
| 2- Capelli Vincenzo | C.C. Aniene |
| 3- Carboncini Lorenzo | G.S. Fiamme Oro |
| 4- Fossi Francesco | G.N. Fiamme Gialle |
| 5- Mornati Niccolò | C.C. Aniene |
| 6- Palmisano Andrea | C.C. Aniene |
| 7- Paonessa Mario | G.N. Fiamme Gialle |
| 8- Tranquilli Andrea | G.N. Fiamme Gialle |



Inviare la conferma di partecipazione esclusivamente per posta elettronica a tecnico.piediluco@canottaggio.org entro le ore 13,00 di giovedì 1 dicembre 2011.

1- Indicazioni Antidoping

Per chi partecipa è obbligatorio l'invio dell'allegata scheda di assunzione dei farmaci. La scheda **deve assolutamente essere inviata, via fax, esclusivamente all'attenzione del Medico federale Prof. Antonio Spataro**, Istituto di Medicina e Scienza dello Sport (fax 06-3685.9256).

Si coglie l'occasione per ribadire ulteriormente di non assumere alcun farmaco senza prima aver consultato un medico federale. L'inosservanza di quanto sopra ricordato, può esporre al grave rischio della squalifica dovuto all'assunzione di un "farmaco banale".

Il Raduno sarà coordinato dal Direttore Tecnico Antonio Alfino e diretto dal Commissario Tecnico Giuseppe De Capua che s' avvarrà della collaborazione di: .

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| - Dezi Riccardo | Allenatore Nazionale SM |
| - Farina Gianluca | Allenatore Nazionale SM |
| - Mauri Clara | Fisiologa |
| - Varalda Carlo | Tecnico Sovraccarichi |
| - Fattori Simona | Medico |
| - Vassallo Stefano | Fisioterapista |

Si è a disposizione per eventuali, ulteriori chiarimenti.

Con i più cordiali saluti

Il Commissario Tecnico Senior Maschile

M.d.S. Giuseppe De Capua

Il Direttore Tecnico

Prof. Antonio Alfino



Roma, 26 novembre 2011

Spett. Società / Enti affiliati
e, p.c. Spett. Comitati Regionali F.I.C.
Spett. Delegazioni Regionali F.I.C.

Oggetto: Raduno Nazionale Preparazione Olimpica SM – Piediluco 5-7 dicembre 2012

Si trasmette lettera circolare del Commissario Tecnico Senior Maschile, vistata dal Direttore Tecnico, circa quanto all'oggetto. I partecipanti soggiorneranno, a cura e spese federali, a Piediluco presso:

- **Hotel Miralago – Viale Noceta, tel.0744-360022 - Piediluco (TR)**

Durata: il Raduno è suddiviso in due tempi - compresi dal 5 al 7 dicembre '12, uno per Gruppo - come da date ed orari della menzionata circolare.

Si ricorda a tutti i partecipanti di portare con se:

- un documento valido Carta d'Identità o Passaporto.
- Tessera Sanitaria.

Si ricorda a tutti i partecipanti che la normativa di rimborso delle spese viaggio – che avverrà a trasferta conclusa, cioè dopo il rientro in sede, facendo pervenire alla Segreteria del Centro Nazionale entro 60 giorni la documentazione prevista (scontrini autostradali o ricevute Telepass andata e ritorno compresi) – è la seguente:

| VIAGGIO | Viaggio effettuato da 1 sola persona | Viaggio effettuato da persone 2 (guidatore + 1 passeggero) | Viaggio effettuato da persone 3 (guidatore + 2 passeggeri) |
|--|---|---|---|
| Viaggio con automezzo proprio (computo dei km calcolato dalla sede di allenamento) | 0,20 €/Km autostrada se documentata con scontrino originale | 0,25 €/Km Autostrada se documentata con scontrino originale | 0,30 €/Km autostrada se documentata con scontrino originale |
| Ferrovia, servizi pubblici | Spesa documentata con viaggio in 2° classe | | |
| Aereo | Spesa sostenuta e documentata previa autorizzazione | | |

Nota: Al fine di uniformarsi al Regolamento in vigore, è obbligatorio presentare gli attestati di transito autostradale. Il computo chilometrico sarà calcolato per il viaggio di a/r dalla sede della società di appartenenza e/o dal Comune di residenza se ugualmente documentate sulla base della tabella federale

È importante la conferma della partecipazione al raduno. Si raccomandano pertanto le spettabili Società di comunicare la propria adesione al Centro Nazionale (*esclusivamente per posta elettronica all'indirizzo tecnico.piediluco@canottaggio.org*) **entro le ore 13.00 di venerdì 2 dicembre 2011.**

Gli atleti che abbiano assunto farmaci, o che li stiano ancora assumendo, devono dichiararlo nell'apposito modulo allegato da inviare esclusivamente al Medico Federale.

In attesa di cortese riscontro si ringrazia per l'attenzione e si inviano i più cordiali saluti.

Il Segretario Generale
Monica De Luca



FIC
Federazione Italiana Canottaggio
Settore Medico – Sanitario

Piediluco, _____

Il sottoscritto

nato a _____ Provincia _____ il _____

Società di appartenenza

DICHIARA

DI AVERE IN CORSO UNA PRATICA TUE

DI NON AVER ASSUNTO ALCUN TIPO DI FARMACO NELL'ULTIMO MESE

DI AVERE ASSUNTO I SEGUENTI FARMACI NON VIETATI NELL'ULTIMO MESE
(*specificare*)

firma leggibile