



**FEDERAZIONE ITALIANA HOCKEY E PATTINAGGIO  
COMMISSIONE DI SETTORE HOCKEY**

**00196 ROMA - VIALE TIZIANO , 74 - Tel.06-36858271/8299-Fax- 36858211  
[www.fihp.org](http://www.fihp.org) / e-mail - [hockey@fihp.org](mailto:hockey@fihp.org)**

**COMMISSIONE DI SETTORE HOCKEY**

Roma, 20 giugno 2008

**COMUNICATO UFFICIALE N. 33 bis  
ATLETI DI INTERESSE NAZIONALE UNDER 15  
Programma di allenamento**

Il settore squadre nazionali, nel prosieguo del progetto "**Hockey Azzurro**" iniziato qualche anno fa e su segnalazione dell'allenatore della nazionale **UD15 Paolo De Rinaldis**, pubblica il primo elenco di atleti di interesse nazionale" visionati durante il Trofeo Micheli, le finali di Coppa Italia e le finali dei Campionati Italiani.

**Molti di questi atleti** saranno convocati per partecipare **alla selezione della Nazionale UD 15** che si svolgerà a **Tonezza del Cimone** nei giorni 12-13-14 **agosto 2008**

Questo primo elenco vuol essere uno stimolo per tutti gli atleti che durante il periodo estivo dovranno continuare ad allenarsi per non perdere quelle nozioni tecnico-tattiche acquisite durante l'anno nelle proprie Società e per presentarsi ben preparati ad una **eventuale** convocazione alla selezione per la rappresentativa **nazionale UD15**

Per coloro che non potranno continuare gli allenamenti nella propria sede, si ricorda che è aperto il Centro di Alta Specializzazione Nazionale (**CASN**) di Tonezza del Cimone dove saranno presenti gli allenatori dello staff delle squadre nazionali, che seguiranno la preparazione dei partecipanti.

Il settore squadre nazionali **precisa** che questo elenco è **aperto** e potrà essere integrato con atleti segnalati dai tecnici preposti che parteciperanno al Centro di Alta Specializzazione Nazionale (**CASN**) di Tonezza del Cimone

Si ricorda inoltre che gli stage di Tonezza del Cimone, sono **gli unici** autorizzati dalla Federazione a svolgere l'attività di **Centri di Alta Specializzazione**.

Il settore squadre nazionali, avendo a disposizione risorse molto limitate ed essendo alla ricerca di nuove opportunità per migliorare la qualità tecnica degli atleti, consiglia vivamente le Società di agevolare in qualsiasi modo la partecipazione al **CASN**, che negli ultimi anni ha contribuito ad innalzare la qualità tecnica dei partecipanti.

Ricorda inoltre a tutti gli **allenatori** che vogliono contribuire a migliorare il lavoro svolto nel Centro di Alta Specializzazione Nazionale (**CASN**) di mettersi in contatto con il responsabile tecnico Sig. Francesco Marchesini per partecipare attivamente al Centro.

**Per iscrizioni e informazioni:** [www.hockeyazzurro.it](http://www.hockeyazzurro.it)

1	Ronane Sean	1994	BASSANO 54
2	Bordignon Giovanni	1994	BASSANO 54
3	Marioni Andrea	1994	CGC VIAREGGIO
4	Malavasi Giacomo	1994	CORREGGIO
5	Petrov Giorgio	1994	FOLLONICA H.
6	Saitta Michael	1995	FOLLONICA H.
7	Paghi Stefano	1994	FOLLONICA H.
8	Martellucci Lorenzo	1994	FOLLONICA H.
9	Banini Davide	1995	FOLLONICA H.
10	Buralli Federico	1995	FOLLONICA H.
11	Micheli Luca	1995	FOLLONICA H.
12	Simonazzi Nicolò	1994	H. CORREGGIO
13	Martino Ciro	1994	H. EBOLI
14	Mori Andrea	1994	H. FORTE DEI MARMI

15	Nardini Gianluca	1994	H. FORTE DEI MARMI
16	De Palo Savino	1995	H. GIOVINAZZO
17	Nardomarino Dario	1994	H. GIOVINAZZO
18	Beato Andrea	1994	H. MODENA
19	Bicego Andrea	1994	H. MODENA
20	Torricelli Stefano	1994	H. MONTALE
21	Bigarella Andrea	1994	H. SANDRIGO
22	Menin Federico	1994	H. SANDRIGO
23	Pozzato Alberto	1994	H. SANDRIGO
24	Dell'Amico Max	1994	H. SARZANA
25	Cibeo Tommaso	1994	H. SARZANA
26	Clodelli Giovanni	1994	H. TRISSINO
27	Schiavo Cristofer	1994	H. TRISSINO
28	Faedo Daniele	1994	H. VALDAGNO
29	Manfrin Fabio	1995	H. SANDRIGO
30	Brendolin Andrea	1994	H. THIENE
31	Dalla Vecchia Alberto	1994	H. THIENE
32	Dalla Giustina Davide	1994	H. THIENE
33	Dalle Carbonare Marco	1994	H. THIENE
34	Soliman Davide	1994	H. VALDAGNO
35	Lapolla Antonio	1994	H. MATERA
36	Quatraro Gianluca	1995	H. MATERA
37	Cherubini Pier Giorgio	1995	ROLLER BASSANO
38	Reginato Paolo	1995	ROLLER BASSANO
39	Torre Emiliano	1994	ASD VIAREGGIO H.
40	Cinquini Alessandro	1994	ASD VIAREGGIO H.
41	Verona Alessandro	1995	ASD VIAREGGIO H.
42	Catassi Diego	1995	ASD VIAREGGIO H.

## **PROGRAMMA ATLETICO IN PREPARAZIONE DEI RADUNI**

- 10' corsa di riscaldamento
  - 5' esercizi di allungamento
  - 3 x 15 addominali a gambe piegate
  - 3 x 8 piegamenti braccia
  - 10' di andature (15 m. andatura + 15 m. di allungo):  
calciata, skip, saltellata, galoppo laterale, due passi un balzo, un passo un balzo.  
ogni andatura va ripetuta almeno due volte.
  - 5' di corsa + 10' di corsa a ritmo alternato (i primi cinque minuti corsa regolare, i secondi dieci con cambi di ritmo di 30 metri).
- Il programma va svolto a giorni alterni.*  
*Per qualsiasi chiarimento telefonare al preparatore atletico **Marco Sinicato cell. 3355392121***

Gli atleti, per essere ammessi ai raduni, dovranno essere in possesso del certificato medico di idoneità sportiva agonistica non scaduto. Gli atleti inadempienti saranno rimandati a casa.

Si coglie l'occasione per porgere cordiali saluti.

Il Segretario Generale  
Dott. Emilio Gasbarrone

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'E. Gasbarrone', written in a cursive style.