



**COMITATO REGIONALE
DEL VENETO UITS**

Mira al Successo

Migliora la tua mira riscoprendo i fondamentali

Il **CR Veneto UITS**, presso la Sezione **Tsn Thiene**, organizza una giornata dedicata interamente al settore giovanile. Un'iniziativa volta a promuovere i valori del Tiro a segno.

Nel Tiro Moderno, l'elettronica ci dice dove abbiamo colpito, ma la carta ci insegna come stiamo tirando. Torniamo ai sistemi di allenamento tradizionali per eliminare i vizi tecnici e riscoprire la purezza del gesto atletico. Meno monitor, più focus. **Domina la tua mente per colpire il centro.**

DETTAGLI DELL'EVENTO

- 📅 **QUANDO:** Domenica 22 Febbraio 2026
- 🕒 **ORARIO:** Dalle 09:00 alle 13:30
- 📍 **DOVE:** Tsn Thiene – Viale Europa, 20 – 36016 VI
- 🎯 **A CHI È RIVOLTO:** Categorie Allievi, Ragazzi e Juniores
- 🎯 **SPECIALITA':** C10 – P10
- 📄 **POSTI:** 20
- 🎯 **TENICI:** *FLAVIA ZANFRA'* (Carabina) - *RAFFAELLA PALMEGIANI* (Pistola)

ISCRIZIONI E INFO

- 💰 **PARTECIPAZIONE:** Gratuita
- 📄 **ISCRIZIOE:** <https://forms.gle/625sKaLQnGz4rYSE7>
- 🍎 *Durante l'evento verranno distribuiti acqua e frutta di stagione per tutti i partecipanti*

SCENDI IN CAMPO CON I TUOI ATLETI: APPELLO AI TECNICI *La tua presenza fa la differenza.* Invitiamo caldamente tutti i tecnici ad accompagnare i propri ragazzi. Sarà un'occasione preziosa di aggiornamento per apprendere nuove metodologie di preparazione atletica e nozioni motorie fondamentali da integrare nel percorso di crescita di ogni atleta.

PROGRAMMA

1. IL FONDAMENTO: *La Postura è Potenza*

Una struttura solida è la base di ogni centro. Analizzeremo come la **consapevolezza del corpo** si traduce direttamente in punteggio sul bersaglio.

- **Warm-up Dinamico:** Riscaldamento propriocettivo e attivazione dei sensori dell'equilibrio.
-

2. CARABINA: *L'Arte dell'Allineamento*

- **Il Punto Zero:** Teoria avanzata e messa in pratica. Trova il tuo allineamento naturale per annullare le tensioni muscolari.
 - **Gravity Challenge:** Esercitazioni su piani instabili. Se sai mirare nel caos, sarai imbattibile nella stabilità.
-

3. PISTOLA: *Sensibilità e Controllo Totale*

- **Barefoot Experience:** Test comparativi in linea di tiro (con calzature vs. scalzi) per riscoprire il contatto con il suolo e la distribuzione del peso.
 - **Focus sullo Scatto:** Analisi millimetrica del mirino. Impara a dominare il congegno di scatto senza perturbare la linea di mira.
-

4. Debriefing Finale

- Analisi dei risultati, feedback personalizzati e strategie di mantenimento.

*Il centro non è un traguardo, ma l'inizio di una nuova consapevolezza.
Torna alle basi per superare i tuoi limiti.*