



Federazione Italiana Sport Equestri
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

Il Presidente
Prot.n.9/2025

A tutte le A.S.D./S.S.D.
A tutti gli istruttori e tecnici
A tutti gli interessati

Loro indirizzi mail

Oggetto: U.D. 27

Gentilissimi,

sono con la presente a comunicarVi che il Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia intende organizzare nelle giornate 9, 14 e 16 aprile p.v. un'unità didattica 27 "Elementi di psicologia dello sport". Il corso sarà tenuto dalla dott.ssa Elena Giulia Montorsi a distanza tramite piattaforma Teams. L'orario previsto per le giornate è dalle ore 8.00 alle ore 16.00 con le pause stabilite dal regolamento formazione.

Di seguito il programma:

- Ripasso degli argomenti base del programma di Psicologia 1 e 2;
- Preparazione mentale: teoria e applicazioni nella pratica;
- Self talk: l'utilizzo del linguaggio interno per ottimizzare la performance;
- Rilassamento: teoria, applicazioni nella pratica ed esercitazione in aula;
- Visualizzazione, imagery e allenamento ideomotorio: teoria, applicazioni nella pratica ed esercitazione in aula;
- Esercitazioni pratiche da svolgersi in campo volte a far toccare con mano all'istruttore come poter utilizzare questi nuovi strumenti per il miglioramento e l'ottimizzazione del suo lavoro.

ESAME CON VALUTAZIONE TRAMITE TEST E/O COLLOQUIO

Le iscrizioni possono essere effettuate online dal sistema di tesseramento oppure dovranno pervenire via mail all'indirizzo friulivg@fise.it entro e non oltre il 27/03/2025 accompagnate dalla allegata scheda di partecipazione e a copia del bonifico bancario dell'acconto di € 50,00 presso il c/c del Comitato Regionale FISE FVG presso Intesa San Paolo IBAN IT37T0306909606100000187768 causale: acconto UD27 "nome e cognome".



Federazione Italiana Sport Equestri
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

Il saldo pari a 150,00 € relativo all'iscrizione sarà da versare a conferma del corso, presso il c/c del Comitato Regionale FISE FVG presso Intesa San Paolo IBAN IT37T0306909606100000187768 causale: saldo UD27 "nome e cognome"

Eventuale disdetta dell'iscrizione dovrà pervenire via mail all'indirizzo friulivg@fise.it entro 7 giorni dall'inizio del corso pena pagamento totale del costo dello stesso.

f.to Il Presidente
Valerio Pontarolo