

Modulo di candidatura per le Squadre Nazionali CO 2023

Questo documento contiene l'anteprima delle domande. Un * indica le domande che necessitano di una risposta. Ricordati di compilare il modulo al seguente link: <https://forms.gle/CuRg3DoTJ4zSBQc28>

DATI PERSONALI

Nome*

Cognome*

Data di nascita*

Luogo di nascita*

Domicilio*

Scuola/occupazione*

Indirizzo email*

Numero di cellulare*

Numero SI-Card*

Numero EMIT-Card

Società di orienteering (Italia)*

Altra società di orienteering (all'estero)

Altra società sportiva (es. atletica leggera)

La mia carriera finora, in una frase*

ALLENATORE PERSONALE

Nome*

Cognome*

Domicilio*

Indirizzo email*

Numero di cellulare*

ALTRO ALLENATORE

Nome

Cognome

Domicilio

Indirizzo email

Numero di cellulare

AUTORIFLESSIONE

Perché pratichi l'orienteering come sport?*

Quali obiettivi e visioni a lungo termine hai nell'orienteering?*

Di cosa pensi di aver bisogno per essere in grado di realizzare i tuoi obiettivi?*

Come ti senti riguardo ai tuoi punti di forza e come gestisci i tuoi punti deboli?*

Quali caratteristiche personali vorresti ottimizzare in futuro per diventare più efficiente? Quali passaggi sono necessari?*

AMBIENTE

Qual è la tua situazione professionale o di studio? Come conciliare tutto questo con lo sport?*

Com'è il tuo luogo di residenza in termini di opportunità di allenamento e modo di lavorare/studiare?*

Con quale frequenza hai contatti con il tuo allenatore e in quali aree?*

Quali consulenti esterni ti supportano (mental coach, nutrizionista, fisio...)?

Dove vedi opportunità o rischi nel tuo ambiente per quanto riguarda il tuo sviluppo come atleta di alto livello?*

Sei soddisfatto del tuo ambiente in termini sportivi?*

Cosa vorresti ottimizzare nel tuo ambiente in futuro per avanzare nell'alto livello, stabilirti lì o rimanerci?*

SALUTE

Sei stato infortunato o malato nel 2022?*

Quali misure prendi per evitare infortuni (eventuale nome del fisioterapista/massaggiatore e regolarità di contatto)?*

Quali misure prendi per evitare la malattia?*

Quali misure hai in programma per il 2023 per rimanere in salute?*

ALLENAMENTO

Segui un programma strutturato di allenamento?* (Se sí, puoi allegare un documento)

Valuta i tuoi allenamenti del 2022 e confrontali con l'obiettivo che ti eri preposto per il 2022. Perché hai raggiunto/non raggiunto i tuoi obiettivi?*

Com'è stato il tuo sviluppo quest'anno? Progresso, stagnazione, regressione? Come mai?*

Qual è il tuo motto per la stagione 2023?*

Quali sono i tuoi obiettivi di allenamento/sviluppo per il 2023?*

Quali misure stai implementando per raggiungere i tuoi obiettivi di allenamento/sviluppo nel 2023?*

Pratichi altri sport?

PERFORMANCE

Quali sono le tue 3 migliori prestazioni della stagione 2022?*

Miglior tempo personale 3000 m in pista (con anno)

Miglior tempo personale 3000 m in pista nel 2022

Altre gare in pista o su strada (es. 1500m, 5000m, 10000m, ...)

Perché hai raggiunto/non raggiunto i tuoi obiettivi di performance nel 2022?*

Quali gare vuoi vincere nel 2023 (regionale, nazionale, internazionale, competizione podistica, ...)?*

Quali conseguenze hanno i tuoi obiettivi di prestazione sulla tua pianificazione per la stagione 2023 (competizione e priorità di pianificazione)?*

PIANIFICAZIONE DELLA CARRIERA

A che punto sei nella tua carriera di orientista alla fine della stagione 2022?*

Piano per il 2023 (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)*

Piano per il 2024 (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)

Piano per il 2025 (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)

Piano per il 2026+ (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)

YES, I CAN

A quale Squadra Nazionale CO ti vuoi candidare?* (3 box di scelta: ASSOLUTA – JUNIORES – GIOVANILE)

Il mio allenatore, il presidente della mia società ed i miei genitori (per atleti minorenni) sono al corrente del mio invio di questo modulo online* (1 box di scelta: SI)

HO LETTO ED APPROVO il [Regolamento Atleti Azzurri](#)*

HO LETTO ED APPROVO il Vademecum Nazionali CO 2023*

ACCONSENTO al trattamento dei dati trasmessi ai sensi del D. Lgs. n. 196/2006 e del Regolamento UE 2016/679, per le finalità di cui alla presente manifestazione di interesse*

Commento o feedback