

Modulo di candidatura per le Squadre Nazionali CO 2024

Non vediamo l'ora di ricevere la tua candidatura per la Squadra Nazionale Assoluta, Juniores o Giovanile CO 2024.

La domanda può e deve essere compilata da chiunque sia interessato a entrare a far parte di una Squadra Nazionale CO (partecipazione a campi di allenamento e convocazione alle gare di livello internazionale). Le informazioni fornite servono come base per il contatto con gli allenatori e sono un passaggio importante per l'analisi della stagione passata e la pianificazione per la prossima.

Il modulo è suddiviso in 6 temi (autoriflessione, ambiente, salute, allenamento, performance e pianificazione della carriera).

Discutine con il tuo allenatore e compila in modo completo, entro il 31 dicembre 2023.

Se vuoi visionare le tue risposte dell'anno precedente scrivi a stefano.raus@fiso.it (quest'anno quando invii il modulo ti verranno recapitate in copia direttamente al tuo indirizzo email inserito)

- Indirizzo email

Dati personali

- Nome
- Cognome
- Data di nascita
- Luogo di nascita
- Domicilio
- Scuola/occupazione
- Numero di cellulare
- Numero SI-Card
- Numero EMIT-Card
- Società italiana
- Altra società straniera
- 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

- 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?
- 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?

Salute

- Sei stato infortunato o malato nel 2023?
- Quali misure prendi per evitare infortuni e malattia (fisioterapista/massaggiatore e regolarità di contatto, integratori, altro)?

Allenamento

- Segui un programma strutturato di allenamento? (se sí, puoi allegare un documento)
- Valuta i tuoi allenamenti del 2023 e confrontali con l'obiettivo che ti eri preposto per il 2023. 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 2024?
- Quali sono i tuoi obiettivi di allenamento/competizione per il 2024?
- Pratichi altri sport?

Performance

- Quali sono le tue 3 migliori prestazioni della stagione 2023?
- Miglior tempo personale 3000 m in pista (con anno)
- Miglior tempo personale 3000 m in pista nel 2023
- Altri PB in pista o su strada (es. 1500m, 5000m, 10000m, ...)
- Quali sono gli obiettivi principali per il 2024 (atletici, tecnici, mentali, ecc...)?

Pianificazione della carriera

- A che punto sei nella tua carriera di orientista alla fine della stagione 2023?
- 2024 (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)
- 2025 (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)
- 2026+ (Carriera CO, Istruzione e lavoro, Conseguenze)

YES, I CAN

- 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
- HO LETTO ED APPROVO il [Regolamento Atleti Azzurri](#)
- HO LETTO ED APPROVO la [Presentazione CO 2024](#)
- 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