

## Struttura e percorso di formazione per il BMX (Ciclismo)

### Formazione di base

Corso monitori G+S 5-6 giorni	(outdoor)
----------------------------------	-----------

### Formazione continua 1 ↓

Moduli obbligatori	Moduli a scelta propri alla disciplina	Moduli a scelta interdisciplinari	Moduli diversi
Tecnica di guida BMX I 2 giorni	Modulo Perfezionamento 1-2 giorni	Moduli vari in base al quadro d'insieme	
Etica nel ciclismo 1 giorno	Moduli vari di ciclismo in base al quadro d'insieme		
Condizione fisica 1 giorno			
Pianificazione dell'allenamento 1 giorno			
Tecnica di guida BMX II 2 giorni			

### Formazione continua 2 ↓

Definizione delle attitudini 2 giorni	Tecnica di guida BMX III + Tattica 2 giorni	Pianificazione a lunga scadenza nel ciclismo 1 giorno	Minimo 1 giorno Moduli a scelta
--	--	--	---------------------------------

### Specializzazione ↓

Formazione degli esperti	
Corso esperti 1 <sup>a</sup> parte (basi) 3 giorni	Corso esperti 2 <sup>a</sup> parte (pratica) 5-6 giorni
Perfezionamento degli esperti	
Corso centrale 2-3 giorni	



Formazione degli allenatori
Corso allenatori Swiss Cycling 6 giorni
Perfezionamento degli allenatori
in preparazione

**Percorso di formazione degli esperti G+S:** corso monitori G+S Outdoor → tutti i moduli obbligatori → minimo 1 giorno Moduli a scelta → Definizione delle attitudini → Tecnica di guida BMX III + Tattica → Pianificazione a lunga scadenza nel ciclismo → minimo 1 giorno Moduli a scelta → Corso esperti

**Percorso di formazione degli allenatori G+S:** corso monitori G+S Outdoor → tutti i moduli obbligatori → minimo 1 giorno Moduli a scelta → Definizione delle attitudini → Tecnica di guida BMX III + Tattica → Pianificazione a lunga scadenza nel ciclismo → minimo 1 giorno Moduli a scelta → Formazione degli allenatori