

Struttura e percorso di formazione per il Rampichino (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 Rampichino 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		
Studio a domicilio: Biologia sportiva e principi d'allenamento			
Fattori della condizione fisica nel ciclismo 4 giorni			
Pianificazione dell'allenamento 1 giorno			

Formazione continua 2 ↓

Definizione delle attitudini 2 giorni	Tecnica di guida Rampichino II 2 giorni	Principi dei test 2 giorni	
--	--	-------------------------------	--

Specializzazione ↓ ↘

Formazione degli esperti	
Corso esperti 1 ^a parte (basi) 3 giorni	Corso esperti 2 ^a 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 incluso lo studio a domicilio → Definizione delle attitudini → Tecnica di guida Rampichino II → Principi dei test → Corso esperti

Percorso di formazione degli allenatori G+S: corso monitori G+S Outdoor → tutti i moduli obbligatori incluso lo studio a domicilio → Definizione delle attitudini → Tecnica di guida Rampichino II → Principi dei test → Formazione degli allenatori