



Federazione  
Motociclistica  
Italiana

www.federmoto.it

RADUNO  
NAZIONALE  
TRIAL UNDER 21



## **2° Raduno Nazionale Trial Under 21**

*Area Trial Pragelato M.C. Gentlemen's Pinerolo, 22-25 luglio 2024*

### **Lunedì 22 luglio 2024**

- 10.30 - 11.30 Ritrovo, registrazione partecipanti, controllo licenze/tessere Minisport, consegna materiale corso (**verificare che la visita medica NON sia scaduta**)
- 11.30 - 12.00 Briefing informativo e comunicazione dei gruppi di lavoro
- 12.00 - 12.30 Attivazione Muscolare con Tecnico Prep. Atletica
- 12.30 - 13.30 Pausa pranzo**
- 13.30 - 14.00 Ritrovo e foto di gruppo con la t-shirt del Raduno (già in tenuta da moto)
- 14.00 - 17.45 Riscaldamento Atletico ed attività in moto
- 17,45 - 18,00 Defaticamento Atletico
- 18,00 - 19,00 Lezione a tema in fase di definizione
- 19,00 - 19,10 Debriefing di fine giornata

### **Martedì 23 luglio 2024**

- 09.00 - 09.30 Ritrovo con il proprio tecnico e gruppo , briefing informativo, foto di ogni gruppo
- 09.30 - 12.30 Riscaldamento Atletico ed inizio attività in moto
- 12.30 - 14.30 Pausa pranzo**
- 14.30 - 17.30 Attività in moto e defaticamento
- 17.30 - 19.00 Attività fisica con Tecnico Prep. Atletica
- 19,00 - 19,10 Debriefing di fine giornata

### **Mercoledì 24 luglio 2024**

- 09.00 - 09.30 Ritrovo con il proprio tecnico e gruppo, briefing informativo
- 09.30 - 12.30 Riscaldamento Atletico ed inizio attività in moto
- 12.30 - 14.30 Pausa pranzo**
- 14.30 - 17.30 Attività in moto e defaticamento
- 17.30 - 19.00 Lezione a tema in fase di definizione
- 19,00-19,10 Debriefing di fine giornata
- 20,00-22,30 Spaghiettata di fine corso in fase di definizione

### **Giovedì, 25 luglio 2024**

- 09.00 - 09.30 Ritrovo con il proprio tecnico e gruppo , breve briefing informativo
- 09.30 - 12.30 Riscaldamento ed inizio attività in moto con i tecnici di guida e defaticamento
- 12.30 - 14.00 Pausa pranzo**
- 14.00 - 16.00 Debriefing finale con proprio gruppo, colloquio di fine raduno, consegna attestati, chiusura raduno

**N.B. IL PRESENTE PROGRAMMA POTRA' SUBIRE VARIAZIONI IN BASE A  
NECESSITA' EMERGENTI DA PARTE DELL'ORGANIZZATORE**

Il raduno è riservato solamente ai possessori di Tessera Minisport (6-9 anni) e Licenza Agonistica FMI Under 21 (che non abbiano compiuto 21 anni alla data dell'evento) **fino ad un numero massimo di 40 piloti**. La quota di partecipazione per tutte le giornate è di € 80,00 e comprende la t-shirt dell'evento; una volta iscritti dal sistema si riceveranno le coordinate effettuare il bonifico, necessario per confermare l'iscrizione. **Le pre-iscrizioni** dovranno essere effettuate dalla propria area su [myfmi](https://myfmi.it) nella sezione **“Corsi di Formazione/Elenco Corsi/Didattica Tecnica Sportiva Agonistica” dal 22 aprile all' 1 luglio 2024.**

Si ricorda che presso la sede del corso è previsto un parcheggio per camper, furgoni e auto.

**Durante le giornate del Raduno Nazionale l'area trial sarà riservata solo ed esclusivamente agli iscritti.**

**SEDE DEL RADUNO:** *Area Trial Prigelato (TO)*

**COORDINATE GPS:** <https://maps.app.goo.gl/b8GMBW99uLNd82MN8>

**RESPONSABILE AREA TRIAL:** *Ennio Piccolotto 335 7533156*

**RESPONSABILE DEL RADUNO:** *Fabio Lenzi 338 7100641*

**RACCOMANDAZIONI:** Per la buona riuscita del corso si raccomanda di presentarsi con moto in ordine, ben gommata, con attrezzatura e ricambi al seguito (manubrio, comando gas, manopole, leve freno/frizione, pedale freno post., ruote di scorta, camera d'aria e kit riparazione forature, filtro aria di scorta), abbigliamento moto doppio (**pantaloni-maglia a maniche lunghe-protezioni ginocchia e schiena**), giacca antipioggia, scarpe e tuta da ginnastica, in modo da limitare inconvenienti e poter gestire al meglio eventuali contrattempi. Portare al seguito durante allenamento uno zainetto con acqua ed alimenti idonei e necessari (frutta/barrette). I piloti con al seguito il proprio minder (**in possesso di regolare licenza FMI da assistente o pilota**) potranno farsi assistere da quest'ultimo in modo da migliorare feeling in vista delle competizioni.