



Allenatrice nazionale sport di massa: offerte per l'autunno 2026

Cara presidente di club, caro presidente di club
Cari responsabili dello sport di massa

Come vi è già stato comunicato attraverso diversi canali, Bea Schwarzwälder assumerà l'incarico di allenatrice nazionale sport di massa presso SWISS ROWING a partire dal 1° ottobre 2026.
Bea Schwarzwälder sarà responsabile dello sviluppo dello sport di massa e, in stretta collaborazione con i club, offrirà un'ampia gamma di attività sportive per lo sport di massa.

Inizialmente, ovvero nel periodo compreso tra metà ottobre e metà dicembre 2026, verranno proposti i seguenti due moduli formativi:

-  **SWISS ROWING Giornata dedicata alla tecnica; per rematori e rematrici adulti**
-  **SWISS ROWING Corsi di formazione per allenatori – comprendere e trasmettere la tecnica di remata**

Il bando di iscrizione ai corsi del 2027 sarà pubblicato nel corso del mese di novembre 2026.

Condizioni generali.

- SWISS ROWING stipulerà un contratto con il club che farà l'iscrizione.
- È possibile l'unione di due o più club di canottaggio. Il club che effettua l'iscrizione mantiene il ruolo di capofila ed è responsabile del coordinamento interno.
- La prenotazione viene effettuata a nome del club da un membro del comitato direttivo.
- La fatturazione, sotto forma di forfait giornaliero di 500 CHF, viene intestata al club.
- Il club è responsabile della comunicazione interna e delle iscrizioni. SWISS ROWING non intrattiene alcuna corrispondenza individuale con i singoli rematori partecipanti.
- Qualora, a causa delle condizioni meteorologiche, il club debba annullare un corso, tale annullamento può essere comunicato via e-mail a Bea ed Erich entro le ore 20.00 della sera precedente senza costi aggiuntivi. In caso di annullamenti successivi a tale termine, il club è tenuto a pagare il 50% del costo del corso. In caso di interruzione del corso a causa delle condizioni meteorologiche dopo le ore 10.00 del giorno del corso, è dovuto l'intero costo del corso.
- Il materiale (imbarcazioni e motoscafo dell'allenatore), le infrastrutture, il vitto ecc. devono essere messi a disposizione o organizzati dal Club.
- Il Club deve garantire la dimensione massima del gruppo e l'idoneità dei partecipanti. L'eventuale lista d'attesa è di competenza del Club.

Registrazione

[Prenotazione offerta sport di massa](#)

Le date disponibili per la prenotazione sono riportate in un documento aggiuntivo intitolato «Date disponibili per la prenotazione».

Per ulteriori informazioni, vi preghiamo di contattarci via e-mail all'indirizzo:

Bea Schwarzwälder, allenatrice nazionale sport di massa (✉ bea.schwarzwaelder@swissrowing.ch)

Erich Pfister, comitato, sport di massa (✉ erich.pfister@swissrowing.ch)

OFFERTA PER REMATORI E REMATRICI**SWISS ROWING: Giornata dedicata alla tecnica; per rematori e rematrici adulti**

SWISS ROWING invita i rematori e le rematrici ambiziosi, insieme ai loro allenatori, a partecipare a moduli pratici dedicati esclusivamente allo sport di massa. Questi moduli sono pensati appositamente per favorire lo sviluppo nell'ambito dello sport associativo. In piccoli gruppi omogenei con un massimo di 2 imbarcazioni, dopo un'introduzione i partecipanti ricevono un coaching intensivo, un feedback tecnico mirato e quindi l'opportunità di migliorare sistematicamente le proprie abilità in barca giga o in barca da competizione.

Destinatari e punti chiave

Il modulo è rivolto a rematori e rematrici adulti dei seguenti livelli:

- **Per principianti:** «Il livello successivo in barca da giga» –
Approfondimento della tecnica di base dopo il corso per principianti.
- **Per avanzati:** «Introduzione alla barca da competizione» –
Il passaggio in sicurezza con particolare attenzione all'equilibrio e alla stabilità.
- **Per gli ambiziosi:** «Canottaggio da competizione per atleti e atlete» –
Allenamento tecnico per rematori e rematrici orientati alle prestazioni.

Gli allenatori sono cordialmente invitati a partecipare, sia in barca a remi che in motoscafo, per ampliare le proprie competenze tecniche e metodologiche attraverso l'esperienza diretta di coaching.

Programma di esempio (1 giorno)

15 min.	Saluto e informazioni organizzative
circa 60 min.	Parte teorica: tecnica di remata specifica, adattata al gruppo di destinatari
60 min. ciascuna	Sessioni pratiche in acqua (Passaggio dalla barca a motore di accompagnamento dalla barca 1 alla barca 2 in acqua)
60 min.	Analisi video collettiva delle uscite mattutine e pianificazione del pomeriggio
30 min.	Pausa pranzo
45 min. ciascuna	Sessioni pratiche approfondite con particolare attenzione alle correzioni individuali
60 min.	Domande e valutazione

Condizioni di partecipazione

- **Requisito:** iscrizione a una società affiliata a SWISS ROWING.
- **Dimensione del gruppo:** massimo 11 persone distribuite su 2 imbarcazioni a remi (max. 5 posti) e 1 persona in più sulla barca a motore.
- **Livello:** per garantire un apprendimento ottimale, tutti i partecipanti dovrebbero avere all'incirca lo stesso livello.

Costi

Forfait di 500 CHF (spese incluse)

Per iscriversi:

[Prenotazione offerta sport di massa](#)

Le date disponibili per la prenotazione sono riportate in un documento aggiuntivo intitolato «Date disponibili per la prenotazione».

OFFERTA PER GLI ALLENATORI DEI CLUB**Corsi di formazione SWISS ROWING – Comprendere e trasmettere la tecnica di canottaggio**

SWISS ROWING invita gli allenatori dei club di canottaggio svizzeri ad approfondire la loro esperienza pratica nel canottaggio e a perfezionare le loro competenze didattiche. Questo modulo esclusivo combina una solida base teorica con un'intensa attività pratica, al fine di ottimizzare l'insegnamento e migliorare la propria tecnica di canottaggio in acqua.

Destinatari

Questa offerta è rivolta agli allenatori di canottaggio per adulti che operano in un club affiliato a SWISS ROWING. È particolarmente indicata per i responsabili dei programmi di sport di massa dei club o per gli allenatori motivati che desiderano ampliare le proprie competenze tecniche e metodologiche.

Aree di interesse

- **Applicazione degli esercizi chiave:** messa in pratica durante i corsi e gli allenamenti del club
- (altri seguiranno)

Programma di esempio (1 giorno)

15 min.	Saluto e informazioni organizzative
circa 60 min.	Parte teorica: esercizi chiave
60 min. ciascuno	Sessioni pratiche in acqua (Passaggio dalla barca a motore di accompagnamento dalla barca 1 alla barca 2 in acqua)
60 min.	Analisi video collettiva delle uscite mattutine e pianificazione del pomeriggio
30 min.	Pausa pranzo
45 min. ciascuna	Sessioni pratiche approfondite con particolare attenzione alle correzioni individuali
60 min.	Domande e valutazione

Condizioni generali

- **Iscrizione e partecipazione:** la prenotazione va effettuata dal responsabile dello sport di massa della società. Possono partecipare gli allenatori della società.
- **Requisiti:** attività come allenatore in un'associazione affiliata a Swiss Rowing.
- **Dimensione del gruppo:** massimo 11 persone, distribuite su due imbarcazioni a remi (massimo 5 persone ciascuna) e una persona in più sulla barca a motore.

Costi

Forfait di 500 CHF (spese incluse)

Per iscriversi:

[Richiedi un'offerta per lo sport di massa](#)

Le date disponibili per la prenotazione sono riportate in un documento aggiuntivo intitolato «Date disponibili per la prenotazione».

Cordiali saluti

FEDERAZIONE SVIZZERA DI CANOTTAGGIO

Erich Pfister
Comitato SWISS ROWING

Sarnen, agosto 2026