

Milano, 1 febbraio 2023

COMITATO REGIONALE LOMBARDIA

VERBALE Consiglio del 1 febbraio 2023

In data **1 febbraio 2023** in modalità videoconferenza alle ore 21.00 si è riunito il Consiglio del CRL, regolarmente convocato mezzo mail in data 26 gennaio 2023 col seguente ordine del giorno:

O.d.G. :

- Assegnazione Campionati Regionali Master
- Ordine premiazioni
- Bilancio preventivo 2023
- Proposta serate psicologia dello sport
- Varie ed eventuali

Presenti il Presidente del CRL Chiara Pacchioni, il Vice Presidente Marco De Rubeis, i Consiglieri Lucia Aceti, F. Patrizia Piacentini e Elena Trequattrini.

Redige il Verbale la Segretaria Chiara Passeri.

- **Assegnazione Campionati Regionali Master**

I Campionati Regionali Master sono stati assegnati alla società CUS Bergamo che ha inviato la richiesta per l'organizzazione motivandola col desiderio di fare promozione sul territorio e rientrare nel circuito delle gare coi propri tesserati, per lo più adulti. Il Consiglio ha quindi accolto questa motivazione e assegnato il Campionato.

- **Ordine premiazioni**

Chiara Pacchioni propone di chiedere di utilizzare il residuo dell'anno 2022, non essendo ancora noto il budget 2023, per acquistare le medaglie necessarie per Campionati Regionali Master. La richiesta verrà effettuata alla Federazione, congiuntamente all'ordinazione delle medaglie in oggetto, chiedendo se possibile usare il fornitore locale.

- **Bilancio preventivo 2023**

Non essendo ancora pervenuto il Budget 2023, non è stato possibile redigere il bilancio preventivo 2023.

- **Proposta di serate di psicologia dello sport**

La consigliera Lucia Aceti propone di realizzare 3 incontri online con un gruppo di psicologi dello sport in ottica divulgativa per sensibilizzare rispetto al tema del benessere psico-fisico.

Gli incontri saranno rivolti ad atleti, allenatori, dirigenti e famiglie. Target ampio poiché gli argomenti possono trovare applicazione anche in ambiti della vita quotidiana al di fuori dello sport.

Le tematiche ipotizzate degli incontri saranno:

- 1° incontro: Chi sono come atleta? Perché questo sport? I valori che intendo perseguire, i miei punti di forza e di debolezza, quali obiettivi? (*Motivazione e goal setting*);
- 2° incontro: Ansia di prestazione, regolazione emotiva e livello di attivazione ottimale;
- 3° incontro: Gestione dell'errore e dei momenti di crisi: strategie di gestione.

Gli incontri dureranno circa un'ora e mezza l'uno e il compenso totale richiesto per questa iniziativa è di 450,00 euro.

I consiglieri, all'unanimità, concordano sull'utilità dell'iniziativa e la approvano. L'importo complessivo esatto sarà deliberato in base alle disponibilità economiche che risulteranno dal bilancio preventivo.

- **Varie ed eventuali**

Per quanto riguarda i calendari realizzati dalla Federazione, il Consiglio propone di distribuirli ai DP al torneo di Brescia di fine febbraio.

Ai DP che non saranno presenti o a cui non potranno esser dati brevi manu, verranno inviati.

Non avendo null'altro da discutere la seduta viene tolta alle ore 22.30.

Il Segretario
Passeri Chiara



Il Presidente CRL
Chiara Pacchioni

