

Con il sostegno di



FONDAZIONE PERUGIA

Il progetto **AND1** [and one] (“..e uno” nel termine tecnico della pallacanestro, indica il punto aggiuntivo che si può realizzare dopo aver ricevuto un fallo durante un tiro che ha già portato al canestro) è stato presentato da Basket Academy, in collaborazione con l’associazione Risorse&Talenti, alla Fondazione Perugia e, risultando idoneo al finanziamento, partirà a Febbraio 2026 per concludersi nel mese di Dicembre 2026. E’ stato accolto con grande interesse e successo dalla Fondazione Perugia, molto sensibile agli argomenti di Sport e Salute che da sempre vedono Basket Academy come valori fondamentale nelle proprie attività.

Questa metafora sportiva rappresenta efficacemente il senso dell’iniziativa: **raggiungere il massimo allenando le proprie abilità anche fuori dal campo.**

AND1 è un percorso di formazione sportivo-educativo pensato per sostenere lo sviluppo psicofisico dei giovani atleti che praticano la pallacanestro, attraverso il coinvolgimento attivo di tutti i soggetti interessati: società, atleti, allenatori, dirigenti e famiglie. Lo sport, nella sua quotidianità fatta di allenamenti, partite, vittorie e sconfitte diventa una vera e propria palestra educativa, capace di allenare e rafforzare valori fondamentali come il rispetto, l’impegno, la collaborazione, la gestione delle emozioni e la resilienza. Il progetto prevede momenti di riflessione condivisa con l’obiettivo di promuovere pratiche sportive coerenti con una visione educativa dello sport.

Gli incontri saranno tenuti da professionisti del settore quali:

Coach Bodio Sara

Coach Tosti Giulia

Psicologa Tinozzi Valeria

Nutrizionista Spaccini Eleonora

Il progetto coinvolge:

- gli **atleti** del settore giovanile dall’Under 13 all’Under 19
- gli **allenatori** e i **dirigenti**
- le **famiglie**, parte fondamentale del percorso sportivo-educativo

Il progetto prevede:

- incontri di **gruppo** con le squadre giovanili
- incontri **individuali** con tutti gli atleti del settore giovanile, per valorizzare le specificità di ciascun atleta e massimizzare l’esperienza formativa
- momenti di osservazione e confronto con lo **staff tecnico**
- incontri dedicati ai **genitori**, pensati per informare e formare su temi quali i bisogni evolutivi dei figli, le modalità comunicative efficaci e l’importanza di un’alleanza educativa tra società sportiva e famiglia, basata sulla condivisione di valori e obiettivi comuni
- co-allenamento genitori-figli con le squadre minibasket

Sviluppato a cavallo tra due stagioni sportive, il progetto AND1 promuove una visione dello sport **sana ed equilibrata** capace di favorire il benessere psicofisico e di accompagnare i giovani nel loro percorso di crescita, contribuendo alla formazione degli **adulti di domani**, dentro e fuori dal campo.

One more step. AND1.

Cognome e Nome Atleta _____

Autorizzo mio figlio/figlia a prendere parte agli incontri individuali previsti dal progetto AND1.

Firma