

## RUGBY ACADEMY INTERNATIONAL

Nella Rugby Academy International, durante l'estate, atleti provenienti da varie nazioni hanno l'opportunità di vivere completamente immersi nella vita dei college irlandesi e beneficiare di un approccio e di un metodo efficace per lo studio e l'apprendimento della lingua inglese. In questa Rugby Academy il programma sportivo è stato creato in congiunzione con il programma di lungo periodo del giocatore di rugby creato dalla Irish Rugby Football Union (IRFU).

### I PROGRAMMI

#### **Rugby Academy International: Train, Play and Compete** ***CCL Program – Competence, Competitiveness and Leadership through Test Matches***

---

atleti 13 – 18 anni

---

Dublino, Irlanda

---

Luglio, 2, 3 o 4 settimane

---

Famiglia Ospitante o College

---

Gli atleti migliorano e sviluppano nuove competenze assistiti da allenatori IRFU, tutors ed insegnanti considerati tra i migliori dei college in Irlanda. Tutti loro hanno vissuto esperienze di alto livello come giocatori e/o allenatori. Ci saranno partite con squadre locali della stessa età. Gli allenamenti e le partite prevedono la partecipazione di giovani giocatori irlandesi e internazionali. Ai giocatori che si distinguono per abilità è data l'opportunità di progredire nel gruppo più evoluto d'eccellenza.

---

#### **Rugby Academy International: Excellence in Rugby** ***High Performance Rugby and Strength and Conditioning Programme***

---

atleti 13 – 18 anni

---

Dublino, Irlanda

---

Luglio, 2, 3 o 4 settimane

---

Famiglia Ospitante o College

---

I giocatori sono assistiti da un coaching staff professionale che li guiderà durante un corso sviluppo delle competenze ad alto rendimento unito ad un programma di sviluppo della forza e condizionamento fisico funzionale che considera l'età, lo sviluppo fisico e motorio dell'atleta. Gli allenamenti e le partite prevedono la partecipazione di giovani giocatori irlandesi e internazionali. I giocatori partecipanti hanno la possibilità testare l'allenamento attraverso partite con squadre Under 15 e Under 18 tra le più forti in Irlanda (Leinster o Munster Rugby).

---

## IL CORSO DI INGLESE

### Programma dei corsi, Test d'Ingresso e Didattica

I corsi sono organizzati considerando l'abilità linguistica degli studenti: gli studenti, infatti, sono testati il giorno di arrivo per capire il loro livello di conoscenza della lingua inglese; dopo di che sono inseriti nelle classi di livello appropriato e proseguiranno il corso di studi adottando l'approccio del modello europeo "dal principiante all'avanzato", dal livello Elementare (A1) a quello Avanzato (C1). Il nostro metodo prevede che lo studente sia costantemente al centro del processo educativo e quindi protagonista nelle varie fasi di acquisizione delle competenze linguistiche. Il programma è concentrato su materiale didattico e pubblicazioni classiche e ben conosciute combinate con i più moderni metodi d'insegnamento in modo da ottenere l'obiettivo di migliorare la pronuncia, le competenze e la fluenza orale.

### Certificazione del corso di Inglese

Al completamento del corso verrà rilasciato un diploma che certificherà i progressi fatti ed il livello d'inglese raggiunto.

## RUGBY ACADEMY

I giocatori avranno più di 10 ore alla settimana di rugby e attività correlate, nelle quali sono incluse lezioni teoriche, coaching, team building, lavoro su tecnica individuale; sviluppo della forza mentale, e dell'intelligenza e delle competenze rugbystiche. Ci saranno anche delle partite e video analisi.

### Allenamenti di Rugby: imparare il rugby Irlanda

Il programma di allenamento prevede quattro pomeriggi alla settimana di rugby incluso un test match. Il tutto coadiuvato da allenatori della Rugby Academy International e allenatori professionali accreditati al massimo livello dalla Federazione Irlandese di Rugby. L'elemento del coaching comprende tutte le conoscenze, l'esperienza, la tradizione e la cultura di uno dei college più vincenti nella storia d'Irlanda.

Gli atleti impareranno le tecniche necessarie per giocare a rugby in sicurezza, impareranno e svilupperanno nuove abilità tecniche e competenze e modi di esprimersi propri del gioco di squadra. Durante ogni sessione di allenamento è creato un ambiente rispettoso e responsabile adatto al lavoro di squadra e alla sicurezza di tutti i partecipanti. Ciò andrà a favorire l'apprendimento e il divertimento di tutte le persone coinvolte. I giocatori acquisiranno inoltre una maggiore consapevolezza dell'importanza del fitness, della nutrizione, della condizione fisica e dell'allenamento della forza richiesti nel gioco del rugby moderno. Infatti, in aggiunta ai contenuti sopra citati ci saranno dei seminari sulla nutrizione e su come un atleta deve alimentarsi durante tutta la stagione sportiva, nutrirsi e idratarsi durante la settimana incluso il giorno della partita. Agli atleti saranno anche trasmesse informazioni che riguardano l'educazione allo sviluppo della condizione fisica e all'allenamento della forza che saranno appropriate ai volumi richiesti dall'attività sportiva nelle varie tappe dello sviluppo psico-fisico degli atleti, dividendoli in due grandi categorie: quelli dagli 8 ai 12 anni e quelli dai 13 anni in su. Tutto il personale presente in campo è accreditato dalla IRFU e dell'International Rugby Board per l'applicazione di metodi di insegnamento del gioco del rugby che mettono la sicurezza ed il divertimento degli atleti al primo posto nella scala delle priorità.

## Lo stile degli allenamenti di Rugby

Lo stile del coaching utilizzato durante il programma soddisfa tutti i requisiti che possono portare un atleta a sviluppare la propria leadership e le proprie competenze nel rugby e nell'uso della lingua inglese.

L'obiettivo della Rugby Academy International con il programma "Play Rugby and Learn English" è di fornire a tutti i partecipanti con un'esperienza che li renda migliori e allo stesso tempo sia memorabile, interessante e piacevole.

## ALLOGGIO

### Famiglia ospitante

Gli studenti alloggiano presso famiglie da noi attentamente selezionate e che hanno molti anni di esperienza nell'ospitare studenti internazionali. Le stanze sono doppie e vanno condivise con uno studente di età simile. Vivere in famiglia dà una prospettiva sulla vita di una tipica famiglia Irlandese. L'interazione con la famiglia gioca un ruolo prominente nello sviluppo delle competenze linguistiche. Noi siamo regolarmente in contatto con ogni famiglia ospitante durante il tutto periodo di permanenza dello studente. Le famiglie sono convenientemente connesse al college con tram o autobus. Tutti i pasti sono inclusi (compreso il pranzo da portare a scuola dal Lunedì al Sabato).

### College

Alcuni college possono ospitare gli atleti all'interno delle loro strutture residenziali accoglienti. Le camere sono generalmente singole, doppie e triple o più. I College hanno anche un'eccellente mensa che serve pasti caldi a colazione, pranzo e cena. L'alloggio nel college offre un'alternativa alla "Famiglia Ospitante" ed è ideale per gli studenti che vogliono immergersi completamente nell'esperienza scolastica e per gli atleti più giovani, alla prima esperienza all'estero senza la propria famiglia. Soggiornare in un college offre uno stile di vita unico orientato alla fraternità e si adatta a studenti che amano lo sport poiché offre la possibilità di usufruire di molti impianti sportivi di grande qualità.

## SUPERVISIONE

Il nostro staff di grande esperienza lavora in modo amichevole, molto vicino agli studenti per tutto il programma affinché ciò che accade durante questa esperienza formativa avvenga all'insegna del divertimento.

Il gioco, la serenità e la possibilità di esprimere la propria personalità sono, per ogni persona, elementi essenziali per un sicuro apprendimento.



**TARIFFE**

<b>LUGLIO</b>		2 settimane	3 settimane	4 settimane
<b>Rugby Academy International</b> Train, Play and Compete	Famiglia	€ 1590	€ 2.380	€ 3.170
<b>Rugby Academy International</b> Train, Play and Compete	College	€ 1890	€ 2.835	€ 3.780
<b>Rugby Academy International</b> Excellence in Rugby	Famiglia	€ 1590	€ 2.380	€ 3.170
<b>Rugby Academy International</b> Excellence in Rugby	College	€ 1890	€ 2.835	€ 3.780

**LA QUOTA INCLUDE****Corso di inglese**

- Test d'ingresso ed inserimento in gruppo di livello adeguato
- 15 ore settimanali di Inglese in classi internazionali
- Classi internazionali formate da max. 15 studenti
- Libri di testo e materiale didattico
- Professori madrelingua certificati TEFL
- Certificato di Frequenza e Diploma che attesta il livello raggiunto, valido come credito formativo.

**Rugby Academy**

- Più di 10 ore alla settimana di allenamento e attività correlate, tra cui lezioni educative, coaching, sviluppo delle competenze individuali, sviluppo della forza mentale
- Certificato di partecipazione alla Rugby Academy International
- Test match e video-analisi
- L'idoneità fisica, workshop di strength and conditioning
- Colloqui nutrizionali generali e specifici

**Attività Extra-Curricolari**

- Una visita culturale di mezza giornata per ogni settimana (incluso il biglietto di entrata alle attrazioni) es. Aviva Stadium Tour o Croke Park Museum Tour
- Una gita di un'intera giornata in luoghi di interesse storico-culturale Irlandese con autobus privato GT, ogni settimana (incluso il biglietto di entrata alle attrazioni)
- Attività serali che includono, dibattiti, karaoke, cinema e serate di ballo, etc.

**Alloggio e Supervisione**

- Alloggio presso famiglie selezionate o presso le strutture residenziali del college, inclusi tutti i pasti. alloggio in famiglia: stanze doppie condivise con uno studente di pari età e differente nazionalità; alloggio in college: stanze singole o doppie condivise con uno studente di pari età e differente nazionalità. Le famiglie ed il College sono situati in una delle zone residenziali più tranquille di Dublino;
- Accesso a computer e internet con la supervisione del nostro personale;
- Contatto telefonico disponibile 24/7.

**LA QUOTA NON INCLUDE**

- Voli
- I trasferimenti da Aeroporto verso la famiglia e viceversa
- Gli abbonamenti ai trasporti pubblici
- Tutto ciò che escluso dalla “quota comprende”

**OPZIONI EXTRA****Esami**

- Preparazione all’esame TIE
- Preparazione all’esame Trinity su richiesta (include lezioni supplementari)

**Alloggio e pasti**

- Un giorno in più con la famiglia ospitante: 30,00 Eu

**Trasporti**

- Andata e ritorno da/a aeroporto all’arrivo ed alla partenza per singola persona: 75 euro (per gruppi i trasferimenti sono quotati su richiesta)
- Abbonamento a scuola bus privato per i trasferimenti e/o abbonamento Bus&Dart o Bus&Luas: 2 weeks 70,00 Eu, 3 weeks 94,00 Eu, 4 weeks 119,00 Eu