

Comitato Regionale Veneto FIPE (Federazione Italiana Pesistica)

1° Corso Regionale di 1° livello Allenatori Personal-Trainer - (Verona) Febbraio-Aprile 2015

Giorno	Ora	Sede	Docenti	Argomenti
Sa. 28/02/2015	09/11 11/13	Scienze Mot. "" ""	Prof. Toninel C. Prof. Cozza P.	ordinamento sportivo programmazione e stesura del programma di allenamento
	14/18	"" ""	"" ""	esercizi della sala pesi
Me. 04/03/2015	17/20	Bentegodi Vr.	Prof. Toninel B.	esercizi della pesistica
Sa. 07/03/2015	09/12 12/13	Scienze Mot. "" ""	Dott. Brotto E. Dott. Comini M.	elementi nutrizione sovraccarichi per disabili
Me. 11/03/2015	17/20	Bentegodi Vr.	Prof. Toninel B.	esercizi della pesistica
Sa. 14/03/2015	09/11 11/13	Scienze Mot. "" ""	Prof. Pierotti E. "" ""	elementi di fisiologia basi della biomeccanica
	14/18	"" ""	"" ""	basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento
Me. 18/03/2015	17/20	Bentegodi Vr.	Prof. Toninel B.	esercizi della pesistica
Sa. 21/03/2015	09/11 11/13	Scienze Mot. "" ""	Prof. Micciolo R. Prof. Pierotti E.	la sindrome metabolica flessibilità e mobilità articolare
	14/18	"" ""	"" ""	adattamento all'allenamento con i sovraccarichi e alcune metodiche di all.
				profilo e le competenze didattiche del tecnico di 1° livello
Me. 25/03/2015	17/20	Bentegodi Vr.	Prof. Toninel B.	esercizi della pesistica
Sa. 28/03/2015	09/11 11/13	Scienze Mot.. "" ""	Prof Cozza P.	esercizi in sala pesi valutazione funzionale
	14/18	"" ""		esercizi in sala pesi
Me. 01/04/2015	17/21	Bentegodi Vr.	Prof. Toninel B.	prova pratica finale di valutazione.

Sabato 18/04/2015 con inizio ore 9,00 esame finale del Corso c/o Facoltà Scienze Motorie VR

Verona 9 febbraio 2015