

ASSISTENTE DI SALA



In Collaborazione con











Obiettivo Il corso è volto ad insegnare i concetti basilari per comprendere le esercitazioni in sala isotonica ed approcciarsi all'insegnamento. È previsto il rilascio di un **ATTESTATO DI ASSISTENTE DI SALA** dopo aver sostenuto un esame. Il corso è propedeutico e obbligatorio per accedere al corso di istruttore di 1° livello.

Durata 4 giornate, 24 ore
sabato e domenica dalle 10,00 alle 17,00

Le lezioni saranno gestite con **incontri monotematici** ad approccio didattico di tipo trasversale: ogni singolo tema sarà sviluppato partendo dalle essenziali indicazioni teoriche fino alle considerazioni gestionali e operative.

Programma Analisi anatomica, fisiologica e biomeccanica delle esercitazioni per l'allenamento dei principali distretti muscolari.

 biomeccanica di base	 gambe
 spinta	 addominali
 trazione	 stretching
 spalla	 comunicazione

Date 12-13 e 26-27 febbraio 2011

Sede Padova

Costo ✓ € 180,00 a corso, con prenotazione, se l'iscrizione avviene entro 15 giorni prima dell'inizio del corso

✓ € 200,00 a corso, se l'iscrizione è successiva

Modalità di pagamento Vedi allegato

Unione Sportiva Accli Comitato Regionale VENETO
Via Ansuino da Forlì, 64/a – 35134 Padova
C.F. 92070570285
Tel 049.8670659 Fax 049.8670501
e-mail usacliveneto@gmail.com www.usacliveneto.org

