



Corso 2 livello

Per Istruttori Allenatori
Nazionali Fitness

CSI-ANIF-EAA

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

- Età minima 18 anni
- Tessera associativa CSI

ORGANIZZAZIONE

SOCIETA' ORGANIZZATRICE: SEVENLIFE SSD a R.L.

RESPONSABILE/DIRETTORE SPORTIVO : CHITI GIANLUCA

SEDE : VIA LEONARDO DA VINCI 1 – BARBERINO VAL D'ELSA (FI)

DATA : 24-25-26 marzo 2017

REGISTRAZIONE PARTECIPANTI : venerdì 24 marzo ore 10,30

COSTI

	TESSERATI ANIF	NON TESSERATI ANIF
ENTRO 10/03/2017	€ 240,00	€ 340,00
OLTRE 10/03/2017	€ 290,00	€ 390,00

PAGAMENTO

- Bonifico bancario intestato a SEVENLIFE SSD ARL – iban
IT13G0103071940000002937302 – MONTE DEI PASCHI DI SIENA
sede POGGIBONSI – la ricevuta del bonifico deve essere spedita
a chitigianluca@7life.it

INFO

Sig. Chiti Gianluca – 335 384911 – chitigianluca@7life.it

PROGRAMMA CORSO

data	orario	Area di intervento	di formatore	Unità di lavoro	Argomenti	ore
VENERDI 24 marzo 2017	11,30-13,30	associativa	csi	1	<ul style="list-style-type: none"> Essere educatore sportivo nel CSI CSI per un Fitness Educativo 	2
	13,30-14,00				PAUSA PRANZO PRESSO RISTORANTE DELLA STRUTTURA	
	14,00-16,00	Medica psicologica	Marco Camagni	1	<ul style="list-style-type: none"> Le relazioni efficaci La relazione istruttore-frequentatore e istruttore-gruppo 	2
	16,00-18,00	Medica psicologica	Antonio Beninati	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di primo soccorso Cosa e come comportarsi in caso di infortunio 	2
	18,00-20,00	Medica psicologica	Antonio Beninati	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di base di anatomia funzionale Conoscere i muscoli e gli apparati principali 	2
TOTALE TEORIA VENERDI'				4UL		8H
TOTALE VENERDI'				4UL		8H
SABATO 25 marzo 2017	8,00-10,00	Fisico metodologica	Marco Camagni	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di Metodologia dell'allenamento specifici del settore fitness 	2
	10,00-12,00	Tecnica	Mattia Chiti	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di tecnica specifica corsi fitness body e mind 	2
	12,00-14,00	Tecnica	Mattia Chiti	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di tecnica specifica corsi fitness posturali 	2
	14,00-14,30				PAUSA PRANZO PRESSO RISTORANTE DELLA STRUTTURA	
	14,30-16,30	Tecnica	Silvia Turchi / Roberto Cini	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di tecnica specifica corsi fitness musicali 	2
	16,30-18,30	Tecnica	Roberto Cini	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di tecnica specifica per fitness sala attrezzi 	2
	18,30-20,30	Pratica	Roberto Cini	1	<ul style="list-style-type: none"> Pratica fitness sala attrezzi 	2
TOTALE PRATICA SABATO				1UL		2H
TOTALE TEORIA SABATO				5UL		10H
TOTALE SABATO				6UL		12H
DOMENICA 26 marzo 2017	8,30-10,30	Pratica	Mattia Chiti	1	<ul style="list-style-type: none"> Pratica corsi fitness body e mind Pratica corsi fitness posturali 	2
	10,30-12,30	Pratica	Silvia Turchi / Roberto Cini	1	<ul style="list-style-type: none"> Pratica corsi fitness musicali 	2
	12,30-13,00				PAUSA PRANZO PRESSO RISTORANTE PALESTRA EQUINOX SSD SRL	
	13,00-15,00	Tecnica	Fabrizio Cantarini	1	<ul style="list-style-type: none"> Elementi di tecnica specifica corsi fitness acquagym 	2
	15,00-17,00	Pratica	Fabrizio Cantarini	1	<ul style="list-style-type: none"> Pratica corsi fitness acquagym 	2
	17,00-19,00	TEORIA E PRATICA			VERIFICHE	
TOTALE PRATICA DOMENICA				3UL		6H
TOTALE TEORIA DOMENICA				1UL		2H
TOTALE DOMENICA				4UL		8H
TOTALE CORSO PRATICA				4UL		8H
TOTALE CORSO TEORIA				10UL		20H
TOTALE CORSO				14UL		28H