

CORSO DI I LIVELLO

PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA DI

ALLENATORE PESISTICA OLIMPICA

Totale Crediti SNaQ 10

Cervinara (Avellino)

1° WEEKEND			
GIORNO	ORARIO	ORE	MATERIA
14-set	09:00 - 13:00 14:00 - 18:00	8	Strappo
15-set	09:00 - 13:00 14:00 - 18:00	8	Strappo
2° WEEKEND			
GIORNO	ORARIO	ORE	MATERIA
21-set	09:00 - 13:00 14:00 - 18:00	8	Psicologia applicata allo sport - Lezione online su piattaforma "ZOOM"
3° WEEKEND			
GIORNO	ORARIO	ORE	MATERIA
28-set	09:00 - 13:00 14:00 - 18:00	8	Slancio
29-set	09:00 - 13:00 14:00 - 18:00	8	Slancio
GIORNO	ORARIO	ORE	MATERIA
06-ott	09:00 - 13:00	4	Gli esercizi ausiliari
	14.00 - 18:00	4	Analisi delle criticità motorie e degli scompensi muscolari
	18:00 - 20:00	2	ESAME FINALE