

Workshop per operatori sportivi – area informazione, documentazione e ricerca

WORKSHOP
“Il Balance Training nello Sport”

Rivolto a: tutti coloro che a vario titolo ed a vario livello, si occupano di preparazione atletica (insegnanti di educazione fisica e allenatori), ai personal trainer, ai partecipanti del “corso istruttori di atletica leggera settore giovanile” ed agli studenti delle facoltà di scienze motorie.

Finalità: un incontro teorico-pratico sul “balance training”, con questa terminologia si indica una serie di esercitazioni atte alla prevenzione degli infortuni sportivi ed alla massimizzazione della prestazione ottenuta attraverso l’uso di strutture instabili. Nel corso di questo incontro verranno esemplificate e motivate scientificamente attraverso recentissimi studi di allenamento, una serie di tecniche per il miglioramento dell’equilibrio, della flessibilità e della forza funzionale utili per tutti gli sport e il fitness.

Modulo organizzativo: un unico incontro

Sede: Ancona – Sala riunioni Comitato Regionale CONI Marche, PalaRossini s.da Cameranense, 60029 Varano.

Data: 29 aprile 2005

PROGRAMMA

ore 18.00 Arrivo e accredito dei partecipanti
ore 18.30 “Il Balance Training nello Sport”
(prof. Carlo Castagna)
ore 20.00 Conclusione workshop e consegna attestato di partecipazione.

.....

Le domande di iscrizione dovranno essere inviate presso la Scuola Regionale dello Sport delle Marche - CONI.

Al corso sono ammessi solo 50 partecipanti, pertanto saranno prese in considerazione solo le prime 50 domande in ordine d’arrivo. La partecipazione al workshop per i partecipanti del “corso istruttori di atletica leggera settore giovanile” , costituirà credito formativo per le prove finali del corso FIDAL.

A tutti i partecipanti verrà distribuito, insieme all’attestato di partecipazione del materiale didattico e l’attrezzo “LABALL” offerto dalla DITTA TRIAL

Quota di iscrizione: € 20,00 le domande d’iscrizione dovranno pervenire o tramite e-mail www.conimarche.it o tramite fax allo 071.2900405

