

Workshop per operatori sportivi – area informazione, documentazione e ricerca

WORKSHOP
“Stretching & Prestazione Sportiva”

Rivolto a: tutti coloro che a vario titolo ed a vario livello, si occupano di preparazione atletica e opera nelle diverse discipline sportive (insegnanti di educazione fisica e allenatori), ai personal trainer, agli studenti delle facoltà di scienze motorie.

Finalità: un incontro teorico-pratico sullo “stretching”, che avrà come obiettivo quello di analizzare le potenzialità delle varie tecniche per il miglioramento della flessibilità sulla prestazione sportiva. Nel corso di questo incontro verranno esemplificate e motivate scientificamente, attraverso recentissimi studi di allenamento, gli effetti delle più comuni tecniche di stretching nei vari ambiti della prestazione fisica (allenamento e competizione). Verranno inoltre proposti interventi direttamente utilizzabili da parte di chi opera quotidianamente nelle diverse discipline sportive.

Modulo organizzativo: un unico incontro

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

Data: 15 Giugno 2005

PROGRAMMA

ore 18.00 Arrivo e accredito dei partecipanti
ore 18.30 “Stretching & Prestazione Sportiva”
(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.

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

Verrà consegnato materiale didattico - scientifico multimediale.

