

CORSO MONOTEMATICO

Acqua Fluid Pilates

Ponte San Pietro, 1 febbraio 2015

c/o Piscine New Planet Sport - Via San Clemente, 66 - Tel. 035 4376632

Un corso di approfondimento teorico-pratico centrato sulla proposta di lezioni di fitness in acqua alternative e di grande attualità ed interesse. Verranno sviluppati i concetti base su come strutturare delle lezioni acquatiche tese al miglioramento della consapevolezza corporea, sfruttando al massimo le caratteristiche specifiche dell'attrezzo acqua ed i principi base del metodo Pilates.

Il corso si svolgerà dalle ore 9.30 alle ore 17.30 e sarà tenuto dal collaboratore SIT nazionale Giorgia Collu.

PROGRAMMA

Teoria:

- Concetti base del metodo Pilates
- Il programma Aqua Fluid Pilates: principi e contenuti
- La corretta postura
- Gli esercizi base
- L'utilizzo degli attrezzi
- Struttura delle lezioni

Pratica in palestra:

- Allineamento corretto in piedi e in differenti tipi di decubito
- Alcuni esercizi
- Come insegnare dal bordo vasca

Pratica in acqua:

- Lezioni in acqua media

N.B. Il corso è aperto a tutti e si rivolge principalmente ad istruttori con sufficiente livello di esperienza d'insegnamento e preparazione nelle attività motorie acquatiche.

Il corso verrà organizzato al raggiungimento di 15 unità.

Costo di partecipazione: € 100,00 Tesserati FIN - Non Tesserati € 120,00 – Per i possessori del titolo "Istruttore Specialistico di Fitness in acqua" rilasciato dopo il 2004 il costo è di € 85,00

La quota dovrà essere versata sul ccp 73831349 intestato a FIN Roma o tramite bonifico bancario IBAN IT2320100503309000000010118 BNL C.O.N.I. ROMA

causale: Nome Cognome partecipante + iscrizione Aqua Fluid Pilates

Inviare copia del pagamento, unitamente al modulo di adesione compilato in ogni sua parte, al fax 06/36200032 **entro e non oltre il 25 gennaio 2015.**

Per ulteriori informazioni Vi invitiamo a contattare l'ufficio SIT ai seguenti numeri: 06/36200022-441.

Hotel consigliati:

SETTECENTO HOTEL (1 Km dal centro piscine) - Via Milano 3 , 24030 Presezzo (BG) - Tel. 035466089 fax 03543751

www.settecentoristorante.com

BED&BREAKFAST "AL VECCHIO MULINO" (500mt dal centro piscine) - Via Marconi 18, 24030 Valbrembo - Tel 035527662 Cell. 3477373238 - www.alvecchiomolino.it

BED&BREAKFAST "FONTANELLA" - Via Umbria 4, 24035 Curno (Bg) - Tel 0354376114 Cell.3394838166 www.bbfontanella.com



HERBALIFE

Unipol
GRUPPO

arena 

Corso/Convegno:..... **Sede:**..... **Data:**.....

Cognome:	Nome:
Data di nascita:	Comune di nascita:
Indirizzo (via/civico/edif./scala):	
Città: CAP:	Codice Fiscale:
Cell: / Tel:	E-mail:
Titolo di Studio:	Professione:
<i>compilare in stampatello tutti i campi sopra riportati</i>	

Da quanti anni opera nell'ambito delle discipline acquatiche?

Con quale ruolo?

Brevetti o attestati F.I.N.:

Esperienze professionali:

Corsi o seminari a cui ha partecipato (i più significativi):

Società, Enti o Organizzazioni presso cui è impegnato come tecnico:

Società presso cui ha effettuato il tirocinio:

Attualmente allena una squadra?

Con quale società?..... a che livello?

Dichiaro di essere consapevole che per accedere alla prova di valutazione finale, ove sia prevista, è obbligatoria la frequenza al corso.

Il sottoscritto, presa visione dell'informativa, la cui versione integrale è reperibile sul sito FIN (www.federnuoto.it/federazione/privacy) che dichiara di conoscere integralmente, **ATTESTA:**

- a) di aver liberamente fornito i propri **dati personali** e pertanto, relativamente ai trattamenti che si rendano necessari nell'ambito delle finalità istituzionali di cui al punto 5) dell'informativa:

☒ **ESPRIME IL PROPRIO CONSENSO**

Questa sezione comprende: il conferimento di dati sensibili e giudiziari - qualora acquisiti direttamente dalla F.I.N. o comunque che possono essere nella disponibilità della Federazione stessa - in relazione a particolari categorie di tesserati nonché la diffusione di dati esclusivamente personali attraverso il sito federale.

L'eventuale rifiuto del consenso ai trattamenti precedentemente menzionati (in quanto necessari per le attività istituzionali della F.I.N.) comporterà l'impossibilità di completare la procedura di tesseramento.

- b) di aver liberamente fornito i propri **dati anagrafici** e pertanto, nell'ambito delle finalità di cui al punto 6) dell'informativa:

☐ **ESPRIME IL PROPRIO CONSENSO**

☐ **NEGA IL PROPRIO CONSENSO**

Questa sezione è relativa esclusivamente alla comunicazione dei dati anagrafici menzionati al punto 6 dell'informativa a società sponsor istituzionali per consentire la fornitura di informazioni, anche commerciali, su servizi offerti o iniziative future, e ad aziende partner della Federazione per campagne informative o proprie attività promozionali.

L'eventuale rifiuto del consenso ai trattamenti precedentemente menzionati non influirà sull'esito della procedura di tesseramento.

Data	Firma dell'interessato	in caso di minori, in qualità di:
_____	_____	☐ esercente la potestà genitoriale ☐ tutore ☐ curatore