

Corso Istruttore Specialistico di Fitness in acqua Grugliasco (TO), 18-19 maggio 2024

Presso Piscina Comunale "F. Albanese" – SSD arl Rari Nantes Torino
Corso Torino 82 – Grugliasco (TO)

Ideazione e organizzazione: Roberto Del Bianco

Conduzione: Mirco Salvetti

ONLINE SU PIATTAFORMA FAD.

E' di fondamentale importanza seguire le lezioni in piattaforma, leggere la dispensa onde poter seguire in modo esaustivo e proficuo la parte pratico-teorica in presenza.

- Analisi della struttura e utilizzo dello spazio di lavoro
- Utilizzo dell'attrito e delle resistenze
- Le differenti tipologie di lezione
- La musica
- Postura, equilibrio, piccoli e grandi attrezzi
- Costruzione della lezione: le diverse fasi, metodologia e didattica
- Principi di teoria e metodologia dell'allenamento applicati al fitness in acqua
- L'acquarobica E l'utilizzo Della Musica Per La Costruzione Di Coreografie
- Acquakick, acquacircuit, attivita' pre coreografate, ecc
- Il Body Mind, l'acqua Cross Training, Attività in Acqua Per Over 65
- Competizioni di fitness, criterium e Race Cross Training
- Costruzione della coreografia di gara

Sabato 18 maggio 2024

-> ->	09.00	Accredito
09.00 – 09.30		Presentazione di obiettivi e contenuti del corso Mirco Salvetti
09.30 – 11.30		Ripresa dei contenuti visionati on line (aula) Giorgia Collu – Sabina Fornaro
11.30 – 12.00		Intervallo
12.00 – 13.30		Ripresa dei contenuti visionati on line (aula) Giorgia Collu – Sabina Fornaro
13.30 – 15.00		Pratica in acqua, lezioni base acqua alta e acqua bassa Giorgia Collu – Sabina Fornaro
16.00 – 19.00		Laboratorio didattico: palestra la gestualità, i passi base e la musica adeguati al movimento acquatico Giorgia Collu – Sabina Fornaro – Greta Gori
19.00 – 19.45		Spazio aperto Mirco Salvetti – Giorgia Collu – Sabina Fornaro – Greta Gori

Domenica 19 maggio 2024

08.30 – 10.30		Pratica in Palestra/Piscina, esercitazioni per la corretta dimostrazione del gesto acquatico e prove di didattica applicata al gruppo Giorgia Collu – Sabina Fornaro – Greta Gori
10.30 – 12.30		Lezioni pratiche in acqua divisi in 2 gruppi: acqua swim training, acqua circuit, coreografia di gara, lezione body mind Giorgia Collu – Sabina Fornaro – Greta Gori
13.00 – 15.00		Prove di insegnamento Pratica in Palestra/Piscina) Mirco Salvetti – Giorgia Collu – Sabina Fornaro – Greta Gori
15.00 – 17.00		Test di uscita Mirco Salvetti – Giorgia Collu – Sabina Fornaro – Greta Gori
17.00		Chiusura del corso e consegna degli attestati

Docenti:

Mirco Salvetti	Coordinatore Nazionale Fitness
Giorgia Collu	Collaboratrice SIT - Docente Regionale
Sabina Fornaro	Collaboratrice SIT - Docente Regionale
Greta Gori	Docente Regionale SIT

Segreteria organizzativa: Paola Cardarelli
Consuelo Piloca
Patrizia Vasta

NOTE ORGANIZZATIVE

Le iscrizioni si effettuano attraverso il portale amministrativo <http://portale.federnuoto.it>

Costi di partecipazione:

- € 160,00 tesserati FIN
- € 80,00 Docenti Regionali SNAQ

Per accedere al corso è necessario essere in possesso del titolo di Istruttore (da almeno 6 mesi) rinnovato per la stagione 2023/2024.

L'iscrizione e il pagamento della relativa quota di partecipazione dovrà essere effettuata **entro il 10 maggio p.v.**; il mancato riscontro amministrativo comporterà la cancellazione dall'elenco di partecipazione. Le iscrizioni potrebbero chiudersi anticipatamente nel caso in cui si raggiunga il **numero massimo di partecipanti (max 30)**.

In evidenza:

- Il partecipante al corso deve possedere i requisiti di ammissione riportati all'art. 15.2.1 del Regolamento SIT disponibile al link <https://www.federnuoto.it/home/formazione/sit/norme-e-documenti/2704-regolamento-settore-istruzione-tecnica-1/file.html>
- Il partecipante al corso deve essere in possesso di **un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica** rilasciato da medico sportivo o medico di famiglia in corso di validità; tale certificato deve essere consegnato al momento del primo accredito in presenza.
La mancata presentazione del certificato medico comporterà l'impossibilità di partecipare al corso.
- **Alle prove d'esame sono ammessi solo i corsisti che hanno visualizzato interamente il materiale didattico online presentando il relativo attestato rilasciato dalla piattaforma informatica ed hanno partecipato al 100% del monte ore previsto in aula**

Per chiarimenti relativi all'utilizzo della piattaforma FAD è disponibile un servizio di assistenza tecnica all'indirizzo fad@federnuoto.it

Per qualsiasi altra necessità è possibile contattare il Settore all'indirizzo sit@federnuoto.it

Hotel nella zona (a circa 1,5 km):

Hotel Tulip Inn – Corso Canonico Giuseppe Allamano, 153 - Tel [0119517811](tel:0119517811)

B&B Grugliasco Central - Via G.B. De La Salle, 41 - Tel [3475805118](tel:3475805118)

Blu Hotel - Via Torino, 154 - Tel [0114018700](tel:0114018700)