

Istruttori Acqua fitness 2020

Programma del corso

Inizio: 16 aprile 2021

Esami: 28 maggio test pratico e scritto in Piscina Monte Bianco

Venerdì 16 aprile

Ore 15.00 – 17.00

Sede: Zoom

Tema: presentazione del corso (prerequisiti, documentazione, modalità di iscrizione e partecipazione, programma relatori, brevetto ASI conseguito)

Re. Campara

Sabato 17 aprile

Ore 11:00 – 13.00

Sede: Zoom

Tema: la responsabilità dell'Istruttore sportivo

Re. Avv. Adami

Venerdì 23 aprile

Ore 15.30 – 17.00

Sede: Zoom

Tema: le capacità motorie – le abilità motorie in acqua

Re. Campara

Venerdì 30 aprile

Ore 15.30 – 17.00

Sede: Zoom

Temi:

- Benefici ed obbiettivi dell'acquafitness;
- Proprietà dell'acqua e principi di biomeccanica dei fluidi;
- Equilibrio;
- La musica;
- Approccio didattico e dimostrazione;
- Il cueing.

Re. Olmi

Venerdì 7 maggio

Ore 15.30 – 17.00

Sede: Piscine Monte Bianco

Temi:

- Errore e Feedback;
- Struttura della lezione;
- Esercizi suddivisi per distretti muscolari;
- Combinazione tra esercizi e Coreografie;
- Scopi della lezione.

Re. Campara/Olmi

Venerdì 14 maggio

Ore 15.00 – 17.00

Sede: Piscina Monte Bianco

- Affiancamento;
- Esercitazioni pratiche

Re. Olmi

Venerdì 28 maggio

Ore 15.00 – 17.00

Sede: Piscina Monte Bianco

Temi:

Esercitazioni pratiche su bike

Re. Olmi

ESAMI**Venerdì 28 maggio**

Ore 18:00 – 21:00 test pratico e scritto Piscina Monte Bianco

Per poter sostenere l'esame è necessario sostenere almeno il 70% delle 15 ore frontali previste dal curriculum ed avere frequentato **ulteriori quindici ore** in situazione didattica facilitata da concordate personalmente con il Direttore del corso entro la seconda lezione dipendentemente dalle prescrizioni Covid vigenti.

Per l'iscrizione al corso sono necessari i seguenti documenti:

- fotocopia carta d'identità (fronte retro) e codice fiscale
- versamento di € 90,00
- Certificato medico che attesti l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica
- Certificato di residenza (sufficiente l'autocertificazione)
- 1 fototessera

Tutti i documenti devono essere inviati alla segreteria delle Piscine Monte Bianco info@formazioneportacquatici.it entro la seconda lezione (venerdì 3 aprile).

L'iscrizione al corso dà diritto, oltre alla fornitura di tutto il materiale didattico, ad un abbonamento di frequenza gratuita bimestrale, in orari stabiliti, presso le Piscine Monte Bianco quartiere San Michele Verona e presso lo Sport Village di Bussolengo e la possibilità di visionare (sempre) ed anche partecipare (compatibilmente con la disponibilità di spazi) a tutte le attività fitness in acqua proposte. Al termine del corso, gli studenti che avranno affrontato con esito positivo i test, potranno conseguire il brevetto ASI CONI Istruttore Acqua fit 1° livello.