

CORSO DI PERSONAL TRAINER

APRILE 2012



Docenti:

Dott. Luca Scandura (Posturologo)

la figura del personal trainer

Dott. Francesco Lo Re (Chinesiologo)

allenamento funzionale

Dott. Francesco Cavallaro (Fisiatra)

valutazione posturale: test e tecniche d'intervento

Dott. Raffaele di Bella (Docente F.I.N.)

un salto di qualità: fitness in acqua

Dott. Salvo Costa (Sociologo)

strategie di comunicazione

Dott. Francesco Coppola (Giudice Federale IFBB)

metodica e allenamento nel body building

Dott. Rosario Scuderi (Psicologo)

psicologia del lavoro, della motivazione e della comunic.

Dott. Massimo Currò (Commercialista)

aspetti legali e fiscali

Dott. Francesco Cantone

(Tecnolgo Resp. Tecnico-Nutrizionale del Ce.Ri.Al)

il cuore allenato dello sportivo

Dott. Luciano Carli

(Cardiochirurgo Resp. Medico del Ce.Ri.Al)

alimentazione nello sport

Dott. Giuseppe Caffarelli (Posturologo)

sindrome metabolica

IL CORSO SI SVOLGERÀ DA APRILE 2012

PER LA DURATA DI 48 ORE DALLE ORE 9.30 ALLE 13.30

PRESSO PALESTRA NEW FIT

VIA XX SETTEMBRE TREMESTIERI ETNEO
CANALICCHIO (CT)

IL CORSO HA L'OBIETTIVO DI FORMARE UNA FIGURA OPERATIVA A 360°, IN GRADO DI FAR FRONTE ALLE SVARIATE ESIGENZE ED ASPETTATIVE DELLA CLIENTELA AL FINE DI GARANTIRE PROGRAMMI DI ALLENAMENTO PERSONALIZZATI EFFICACI E SICURI TRASMETTENDO PROFESSIONALITÀ E CARICA EMOTIVA.

ALTRI CORSI IN PROGRAMMAZIONE

- TERAPIA DI SPORT
- OSTEOPATIA APPLICATA
- OVERBALL CONCEPT
- TAPING CHINESIOLOGICO E RIATLETISMO



Centro Studi
di Osteopatia

Università degli studi
di Catania
Corso di Laurea
in Scienze Motorie

Unione Nazionale
Chinesiologi

confsportiva®

www.confspportiva.com info@confspportiva.com

al servizio dello sport



Programmazione corsi di formazione 2011-12

PER INFO E ADESIONI

IL MARTEDÌ ED IL GIOVEDÌ
PRESSO LA SEGRETERIA
DI SCIENZE MOTORIE
SIG.RA RITA STRANO
TEL. 095.338787

CORSI DI FORMAZIONE CON
CREDITI FORMATIVI
(VALUTAZIONE COMPRESA TRA 18 E 30)
PER ISTRUTTORI E STUDENTI,
RICONOSCIUTI DAL CORSO
DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE
E PATROCINATI DAL CONI.



seguiti su:

facebook

CORSO DI FITNESS & WELLNESS 2° LIVELLO

NOVEMBRE 2011



- IPERTROFIA
 - STRATEGIE DI COMUNICAZIONE, MARKETING E MOTIVAZIONE
 - INTEGRAZIONE ALIMENTARE
 - ANATOMIA, BIOMECCANICA E PRATICA AGLI ATTREZZI
 - ALLENAMENTO FUNZIONALE
 - DIMAGRIMENTO E FITNESS
 - CARDIOFITNESS E CIRCUIT TRAINING
 - ALIMENTAZIONE
- e molto altro...*

Docenti:

Dott. Luca Scandura (Posturologo)

Dott. Francesco Lo Re (Chinesiologo)

Dott. Francesco Cavallaro (Fisiatra)

Dott. Francesco Cantone (Tecnologo Resp.
Tecnico-Nutrizionale del Ce.Ri.AL)

Dott. Salvo Costa (Sociologo)

Dott. Luciano Carli (Cardiologo Resp.
Medico del Ce.Ri.AL)

IL CORSO SI SVOLGERÀ
DAL 12/11/2011 AL 21/01/2012
PER LA DURATA DI 32 ORE
DALLE ORE 9.30 ALLE 13.30

PRESSO PALESTRA NEW FIT

VIA XX SETTEMBRE 83 TREMESTIERI ETNEO
CANALICCHIO (CT)

IL CORSO SI PREFIGGE L'OBIETTIVO DI FORMARE
ISTRUTTORI IN GRADO DI FAR FRONTE PROFESSIONAL-
MENTE ALLE SVARIATE PROBLEMATICHE CHE SI POS-
SONO RICONTRARE ALL'INTERNO DI UN CENTRO
FITNESS & WELLNESS GARANTENDO
ALLA CLIENTELA PROGRAMMI DI
ALLENAMENTO CHE RISPONDANO
ALLE SINGOLE ESIGENZE IN
TOTALE SICUREZZA.



CORSO DI FITNESS & WELLNESS 1° LIVELLO



FEBBRAIO 2012

- TERMINOLOGIA
 - PRINCIPI DI ANATOMIA DELL'APPARATO LOCOMOTORE
 - FIBRA MUSCOLARE, CONTRAZIONE MUSCOLARE E
CONCETTO DI UNITÀ MOTORIA
 - PRINCIPALI LEGGI MUSCOLARI
 - TEORIA DELL'ALLENAMENTO APPLICATA AL FITNESS
 - APPROCCIO AL CLIENTE
 - IL PRINCIPIANTE IN PALESTRA
 - ANATOMIA, BIOMECCANICA UMANA E PRATICA AGLI ATTREZZI
 - DIMAGRIMENTO E L'EXTRA CONSUMO DI OSSIGENO
 - POST ESERCIZIO APPLICATO AL FITNESS
 - ESEMPI DI PROGRAMMI DI LAVORO
 - NEUROFISIOLOGIA DELLO STRETCHING
 - FIDELIZZAZIONE DEL CLIENTE
 - STRATEGIE DI COMUNICAZIONE
 - PRINCIPI DI POSTUROLOGIA APPLICATA AL FITNESS
- e molto altro...*

Docenti:

Dott. Luca Scandura (Posturologo)

Dott. Roberto Calogero (Posturologo)

Dott. Salvo Costa (Sociologo)

IL CORSO SI SVOLGERÀ
DAL 11/02/2012 AL 31/03/2012
PER LA DURATA DI 32 ORE DALLE ORE 9.30 ALLE 13.30

PRESSO PALESTRA FIT280 C.SO ITALIA 280 CATANIA

AL TERMINE DI OGNI MODULO SI EFFETTUERÀ
UN ESAME SCRITTO/PRATICO/ORALE PER VERIFICARE
E VALUTARE LE REALI COMPETENZE ACQUISITE DAL
CORSISTA. TITOLO RILASCIATO: DIPLOMA DI ISTRUTTORE
DI FITNESS & WELLNESS 1° LIVELLO: SPECIALIZZATO
IN CULTURA FISICA E DIMAGRIMENTO; NOTE: PER
L'ASSEGNAZIONE DEI CREDITI FORMATIVI E PER IL RILASCIO
DELL'ATTESTATO È OBBLIGATORIA LA PRESENZA PER
ALMENO IL 70% DELLE ORE COMPLESSIVE DEL CORSO.