

CORSO PER ALLENATORI 2° LIVELLO 2024

MODULO TEORICO - TECNICO - SCIENTIFICO - (WEBINAR)

PROGRAMMA

1^ GIORNATA SABATO 27 GENNAIO 2024

08.30 - 09.00 Accredito corsisti

09.00 - 09.15 **SALUTI E PRESENTAZIONE DEL CORSO**
Domenico Di Molfetta, Antonio La Torre, Giuliano Grandi

09.15 - 11.15 **METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO**
Principi generali della metodologia dell'allenamento
Matteo Bonato

11.15 - 11.30 Coffee break

11.30 - 13.30 **PSICOLOGIA DELLO SPORT - BASI SCIENTIFICHE
ED ASPETTI COMPORTAMENTALI E RELAZIONALI**
Francesca Vitali

13.30 - 14.45 Pausa pranzo

14.45 - 16.45 **FISIOLOGIA DELLO SPORT:
ASPETTI GENERALI E RICADUTE APPLICATIVE**
1^parte
Claudio Quagliarotti

16.45 - 17.00 Coffee break

17.00 - 19.00 **FISIOLOGIA DELLO SPORT:
ASPETTI GENERALI E RICADUTE APPLICATIVE**
2^parte
Claudio Quagliarotti

PROGRAMMA

2^ GIORNATA DOMENICA 28 GENNAIO 2024

09.00 - 11.00	PRINCIPI GENERALI DI BIOMECCANICA Chiara Ragona - IMSS
11.00 - 11.15	Coffee break
11.15 - 13.15	L'ALLENAMENTO DELLA FORZA Metodologia dell'allenamento della forza Matteo Artina
13.15 - 14.30	Pausa pranzo
14.30 - 16.30	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO DELL'ENDURANCE Marco Tengattini
16.30 - 16.45	Coffee break
16.45 - 18.45	LA VALUTAZIONE NELLE SPECIALITÀ DI ENDURANCE Marco Tengattini