



CORSO DI FORMAZIONE PER ALLENATORI DI SCI ALPINO DI 1° LIVELLO

DATA E LUOGO

ORA	ARGOMENTO		RELATORE
GIORNO 1			
8.15			
8.30 - 9.30	1h	SPORT, ISTITUZIONI E FISI	STF
9.30 - 12.30	3h	METODOLOGIA	STF
PAUSA PRANZO			
14.00 - 16.00	2h	FISICO CAP. COORDINATIVE	DASA - P.A. QUALIFICATI
16.00 - 18.00	2h	FISICO CAP. CONDIZIONALI	DASA - P.A. QUALIFICATI
GIORNO 2			
8.15			
8.30 - 10.30	2h	PROGRAMMAZIONE - SALT	STF
10.30 - 11.30	1h	4MF	STF
11.30 - 12.30	1h	DIDATTICA E PERCEZIONE	STF
PAUSA PRANZO			
14.00 - 16.00	2h	DISCIPLINE TECNICHE	DASA
16.00 - 18.00	2h	DISCIPLINE VELOCI	DASA
GIORNO 3			
8.15			
8.30 - 9.30	1h	REGOLAMENTI	
9.30 - 11.30	2h	PSICOLOGIA - FASCE D'ETÀ	PSICOLOGO
11.30 - 12.30	1h	ATTREZZATURA DELL'ATLETA	STF
12.30 - 13.30	1h	ATTREZZATURA DELL'ALLENATORE	STF
13.30		CHIUSURA LAVORI	