

C/O CONI RIMINI

orario	sabato 08/09/18	domenica 09/09/18	sabato 15/09/18	domenica 16/09/18	sabato 22/09/18	domenica 23/09/18	sabato 29/09/18	domenica 21/10/18
	09.00/10.00	<b>Ordinamento Sportivo</b> Paolo Gallarotti	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b> Mirko Scalia	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b> Prof. Corrente	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Edoardo Giove	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b> Mirko Scalia		<b>Gli esercizi della pesistica</b> Edoardo Giove
10.00/11.00	<b>Il profilo e le competenze didattiche del tecnico di primo livello</b> Paolo Gallarotti	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b> Mirko Scalia	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b> Prof. Corrente	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Edoardo Giove	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b> Mirko Scalia		<b>Gli esercizi della pesistica</b> Edoardo Giove	
11.00/12.00	<b>Flessibilità e mobilità</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Elementi di Programmazione e stesura del programma</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	
	<b>Dott.ssa Lucia Silvello</b>	<b>Mirko Scalia</b>	<b>Prof. Corrente</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Mirko Scalia</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Edoardo Giove</b>	
12.00/13.00	<b>Flessibilità e mobilità</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Elementi di Programmazione e stesura del programma</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	
	<b>Dott.ssa Lucia Silvello</b>	<b>Mirko Scalia</b>	<b>Prof. Corrente</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Mirko Scalia</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Edoardo Giove</b>	
14.00/15.00	<b>Valutazione funzionale di Base</b>	<b>Adattamento con sovraccarichi</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	
	<b>Dott.ssa Lucia Silvello</b>	<b>Prof. Contarino</b>	<b>Prof. Corrente</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Prof. Bertellotti</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Edoardo Giove</b>	
15.00/16.00	<b>Valutazione funzionale di Base</b>	<b>Adattamento con sovraccarichi</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	
	<b>Dott.ssa Lucia Silvello</b>	<b>Prof. Contarino</b>	<b>Prof. Corrente</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Prof. Bertellotti</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Edoardo Giove</b>	
16.00/17.00		<b>Adattamento con sovraccarichi</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	
		<b>Prof. Contarino</b>	<b>Prof. Corrente</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Prof. Bertellotti</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Edoardo Giove</b>	
17.00/18.00		<b>Adattamento con sovraccarichi</b>	<b>Gli esercizi della Sala Pesi</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	<b>Gli esercizi della pesistica</b>	
		<b>Prof. Contarino</b>	<b>Prof. Corrente</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Prof. Bertellotti</b>	<b>Edoardo Giove</b>	<b>Edoardo Giove</b>	