

Programma Corso allenatore 1 livello FIPE Trento					
DATA		sabato 04 maggio 2019			
Docente	Orario	Materie	Docente	Orario	Materie
Capaldo luigi	09.00-10.00	ordinamento sportivo l'organizzazione Sportiva della Fipe	Maurizio Pighi	14.00-16.00	Elementi dell'allenamento aerobico e Alcune metodiche di allenamento
Capaldo luigi	10.00-11.00	Il profilo e le competenze didattiche Del tecnico di 1 livello	Maurizio Pighi	16.00-18.00	Funzionale ed esercizi a Corpo libero
Maurizio Pighi	11.00-13.00	Elementi dell'allenamento aerobico e Alcune metodiche di allenamento			
		Teoria			Teoria /Pratica
DATA		domenica 05 maggio 2019			
Docenti	Orario	Materie	Docente	Orario	Materie
Maurizio Pighi	09.00-13.00	Elementi di programmazione e stesura Del programma di allenamento	Monica Filia	14.00-18.00	Gli esercizi della sala pesi
		Teoria			Pratica
DATA		sabato 11 maggio 2019			
Docenti	Orario	Materie	Docente	Orario	Materie
Norberto Oberburger	09.00-13.00	Pesistica Olimpica	Enrico Pierotti	14.00-18.00	Adattamento all'allenamento con Sovraccarichi e alcune metodiche di Allenamento
		Pratica			Teoria
DATA		domenica 12 maggio 2019			
Docenti	Orario	Materie	Docente	Orario	Materie
Mirco La Mendola	09.00-13.00	Elementi di valutazione funzionale	Enrico Pierotti	14.00-19.00	Gli esercizi della sala pesi
		Teoria			Pratica
DATA		sabato 18 maggio 2019			
Docenti	Orario		Docente	orario	Materie
Norberto Oberburger	09.00-13.00	Pesistica Olimpica	Monica Filia	14.00-17.00	Gli esercizi della sala pesi

Foglio1

		Pratica			Pratica
DATA		Domenica 19 Maggio			
Docenti	Orario	Materie	Docente	Orario	Materie
Mirco La Mendola	09.00-13.00	Flessibilità e mobilità articolare	Mirco La Mendola	14.00-16.00	Funzionale ed esercizi a Corpo libero
		Teoria			Pratica
DATA		sabato 25 maggio 2019			
Docenti	Orario	Materie	Docente	Orario	Materie
Norberto Oberburger	09.00-13.00	Pesistica Olimpica		14.00-18.00	Esame
		Pratica			