

Programma del corso opzionale istruttore acqua fitness anno accademico 2024/25

30 ore di lezione di cui dieci in aula e venti dedicate ad esercitazioni

Tempi e contenuti del corso

In aula (10 ore) la programmazione prevede che siano sviluppate due unità didattiche: la prima di cinque ore inerente all'identificazione del fitness in acqua; la seconda di cinque ore inerente alla interpretazione dei parametri e variabili delle attività presentate ed in particolar modo dell'uso della bike.

In acqua (20 ore) gli allievi, sotto la guida dei docenti istruttori saranno invitati a sperimentare esercitazioni ove possano ritrovare e vivere quanto proposto in aula, imparando a programmare ed a condurre l'attività in oggetto.

Le sedi di frequenza sono state individuate presso le Piscine Monte Bianco e le Piscine San Marco di Verona. Gli studenti potranno conseguire l'attestato di partecipazione al corso rilasciato da ASI.

I relatori che interverranno al corso sono:

- Dott. Nicolas Olmi
- Istr. Luzi Veronica
- Dott. Luca Zalla
- Istr. Eleonora Cordioli
- Istr. Betty Bormolini

Il costo di partecipazione è di euro 90,00 comprensivo di associazione, assicurazione, materiale didattico, attestato e abbonamento di frequenza bimestrale ai due centri natatori che ospiteranno il corso.

Referente corso: prof. Andrea Campara