



**CORSO DI II LIVELLO Febbraio – Aprile 2017**  
**Sede ROMA**

**"ISTRUTTORE/PERSONAL TRAINER SENIOR"**

<b>1° modulo</b> <b>10 – 11 – 12</b> <b>febbraio</b>	10 febbraio 13.30-14.00	<i>Accredito partecipanti</i>
	10 febbraio 14.00 – 18.00	Fisiologia e Medicina applicata alle scienze motorie
	10 febbraio 18.00 – 20.00	Aspetti fiscali relativi alla professione di PT
	11 febbraio 9.00 – 13.00	Pesistica
	11 febbraio 14.00 – 18.00	La forza: metodologia e programmazione
	12 febbraio 9.00 – 13.00	Kettlebell
	12 febbraio 14.00 –18.00	Corso Preparazione CPT
<b>2° modulo</b> <b>24 – 25 – 26</b> <b>febbraio</b>	24 febbraio 15.30 – 19.30	Adattamento all'allenamento aerobico: teoria
	25 febbraio 9.00 – 13.00	Functional Strength
	25 febbraio 14.00 – 18.00	Elementi di Marketing relativi alla professione del PT
	26 febbraio 9.00 – 13.00	Pesistica
	26 febbraio 14.00 – 18.00	Biomeccanica
<b>3° modulo</b> <b>17 – 18 – 19</b> <b>marzo</b>	17 marzo 15.30 – 19.30	Metodologia e programmazione dell'allenamento
	18 marzo 9.00 – 13.00	Esercizi a Corpo Libero
	18 marzo 14.00 – 18.00	AinS
	19 marzo 9.00 – 13.00	Val. Funzionale e composizione corporea
	19 marzo 14.00 - 18.00	Strength Balance
<b>4° modulo</b> <b>31 marzo</b> <b>1 – 2 aprile</b>	31 marzo 13.00 – 17.00	Uso del programma Kinovea
	1 aprile 9.00 – 13.00	Alimentazione
	1 aprile 14.00 – 18.00	Pesistica
	2 aprile 9.00 – 13.00	Corso Preparazione CPT
	2 aprile 14.00 – 18.00	Corso Preparazione CPT

**Esame 9 aprile 2017**