

CORSI ASD LIFE4FIT® 2009

INFO DETTAGLIATE SU : www.life4fit.net

e-mail : corsi@life4fit.net Tel : +39.347.244.19.89

TIPOLOGIA CORSI
DOCENTI

DATE CORSI
SEDE MILANO

ARGOMENTO



Marcella PASTORE (D.T.N F.I.KB)
Giorgio RADICI (DT LIFE4FIT®)

- 4 OTTOBRE ⇒ INTRODUZIONE E BASI PROPEDEUTICHE
- 11 OTTOBRE ⇒ LA TECNICA
- 7 - 8 NOVEMBRE ⇒ 2° PARTE LA DIDATTICA STRUTTURA DELLA LEZIONE PROVE PRATICHE DI INSEGNAMENTO
- 6 DICEMBRE ⇒ RIPASSO DELLA TECNICA
- 20 DICEMBRE ⇒ MATTINO: RIPASSO DEL PARTE AEROBICA
POMERIGGIO: ESAME FEDERALE TEST SCRITTO E PROVA PRATICA

**Durante il percorso sono previste
10 ORE di Tirocinio OBBLIGATORIO**

POWER ATHLETIC SYSTEM® → 12 - 13 DICEMBRE 2009
Lorenzo SOMMO

POWER KICK SYSTEM® → 21 - 22 NOVEMBRE 2009
Marcella PASTORE (D.T.N F.I.KB)
Giorgio RADICI (DT LIFE4FIT®)

POWER & FLEX SYSTEM® → 29 NOVEMBRE 2009
Lorenzo SOMMO