

# POWERKICK SYSTEM®

**DESCRIZIONE: MASTER MONOTEMATICO (Perfezionamento Istruttori)**

**DURATA: ⇨ 1 GIORNO**

POWERKICK SYSTEM®, è un Master Monotematico di specializzazione, che abbina i protocolli di lavoro della metodologia **KICK4FIT®**, ai protocolli di lavoro POWERATHLETIC SYSTEM® e POWERFIT®.

Lavoro funzionale e di tonificazione pura saranno sapientemente abbinati al lavoro tecnico specifico.

Gli Istruttori KICKFIT® e/o discipline similari, avranno la possibilità di apprendere una vasta gamma di proposte, per variare le proprie lezioni di gruppo e rendere il lavoro estremamente allenante ma anche professionalmente corretto.

- ▶ **Allenare Forza e Resistenza per migliorare le performance sia atletiche che tecniche.**
- ▶ **Abbinamento corretto tra tecnica KICK4FIT® ed esercizi di tonificazione**
- ▶ **Struttura della lezione/ Didattica**
- ▶ **Obiettivi e Periodizzazione del lavoro**

**DATA: ⇨ 14 GIUGNO 2009**

**SEDE: ⇨ MILANO**

**QUOTA PARTECIPAZIONE: € 85 + QUOTA ASS. STANDARD € 15** (Reg. Art.1)  
(INCLUSO ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE)

