



FEDERAZIONE ITALIANA
Kickboxing Muay Thai Savate Shoot Boxe Sambo



DSA / CONI

CORSO ISTRUTTORI 2019 TRENINO

ORGANIZZATORE

Delegato FIKBMS Regione Trentino

LUOGO DELL'EVENTO

Presso Palestra a.s.d. PUNTO FITNESS via del Garda 44 bis a Rovereto

PROGRAMMA:

DOMENICA 13 GENNAIO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/18.00 docente **Alessandro Galuppo**

- ANATOMIA E FISILOGIA (tipologie di fibre muscolari, Sistemi energetici. Attivazione neuro-muscolare)
- DOPING (elementi generali. Tabelle sostanze, effetti e legislazione)

SABATO 26 GENNAIO 2019

dalle 14.00 alle 19.00 docente **Michele Surian**

- DIDATTICA (metodologia didattica dell'insegnamento della tecnica e della tattica. Vari metodi per la correzione dell'errore)

DOMENICA 27 GENNAIO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/18.00 docente **Michele Surian**

- DIDATTICA (metodologia didattica dell'insegnamento della tecnica e della tattica. Vari metodi per la correzione dell'errore)
- PSICOLOGIA DELLO SPORT (Le abilità mentali)

DOMENICA 10 FEBBRAIO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/19.00 docente **Michele Surian**

- DIDATTICA (elementi base di pedagogia e principi base dell'insegnamento. La comunicazione efficace)
- PERIODIZZAZIONE (periodizzazione dell'allenamento)

SABATO 02 MARZO 2019

dalle 14.00 alle 19.00 docente **Michele Surian**

- METODOLOGIA (Teoria dell'allenamento. Capacità motorie e metodi d'insegnamento)

DOMENICA 03 MARZO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/18.00 docente **Alessandro Milan**

- METODOLOGIA (Teoria dell'allenamento. Capacità motorie e metodi d'insegnamento)

DOMENICA 28 APRILE 2019

dalle 10.00 alle 12.00 docente **Iva Semeradova**

- REGOLAMENTI DI GARA DI TUTTE LE DISCIPLINE

dalle 14.00 alle 18.00 docente **Alessandro Gallupo**

- ALIMENTAZIONE (macronutrienti ripasso, nutrizione sportiva, differenze per tipo di sport, alimentazione. Fase di allenamento e competitiva. Disturbi alimentari legati alla restrizione calorica.)

ISCRIZIONI

È obbligatorio effettuare l'iscrizione al corso online solamente tramite [piattaforma FIKBMS](#)
ENTRO E NON OLTRE mercoledì 9 gennaio 2019.

Il costo dell'intero corso è di 550,00 Euro.

Il versamento è da effettuarsi tramite bonifico bancario a:

**FIKBMS
UBIBANCA
IBAN IT49H031112040600000015928
CAUSALE: CORSO ISTRUTTORI 2019 ROVERETO (TN)**

**A conferma dell'iscrizione è necessario inviare via e-mail la copia del pagamento eseguito
alla segreteria federale – eventi@fkbms.net **entro mercoledì 9 gennaio 2019.****