



CORSO DI FORMAZIONE PER ALLENATORI DI SCI ALPINO DI 1° LIVELLO

ORA		ARGOMENTO	RELATORE
GIORNO 1			
8.15			
8.30 - 9.30	1h	SPORT, ISTITUZIONI E FISI	STF
9.30 - 12.30	3h	TECNICA	STF - DASA
		PAUSA PRANZO	
14.00 - 16.00	2h	4MF E PERCEZIONE	STF
16.00 - 18.00	2h	PROGRAMMAZIONE E SALT	STF
GIORNO 2			
8.15			
8.30 - 10.30	2h	METODOLOGIA	STF
10.30 - 12.30	2h	METODOLOGIA	STF
		PAUSA PRANZO	
14.00 - 16.00	2h	PREPARAZIONE ATLETICA	STF - DASA
16.00 - 18.00	2h	PREPARAZIONE ATLETICA	STF - DASA
GIORNO 3			
8.15			
8.30 - 10.30	2h	REGOLAMENTI E SICUREZZA	STF
9.30 - 11.30	1h	ATTREZZATURA DELL'ALLENATORE	STF
11.30 - 12.30	1h	ATTREZZATURA DELL'ATLETA	STF
12.30 - 13.30	1h	CONCLUSIONI	STF
13.30		CHIUSURA LAVORI	