

CORSO ALLENATORI I LIVELLO

Programma

GIORNO 1	Mattino:	9.30/12.00 Metodologia dell'allenamento - Gallina
	Pomeriggio:	14.30/16.30 Basi della tecnica di guida - Oioli e Bertazzo
		17.00/19.00 Basi della tecnica di spinta skeleton (pratica) - Gallina
GIORNO 2	Mattino:	9.30/12.00 Metodologia dell'insegnamento - Boni
	Pomeriggio:	14.30/16.30 Preparazione dei materiali – Oioli e Bertazzo
		17.00/19.00 Basi della tecnica di spinta bob (pratica) - Mulassano
GIORNO 3	Mattino:	9.00/12.00 Base di alimentazione - Boni
	Pomeriggio:	14.30/17.30 Basi di psicologia - Redana
		17.30/18.30 Approccio all'analisi video - Oioli
GIORNO 4	Mattino:	9.30/12.00 Preparazione atletica generale - Mulassano
	Pomeriggio:	14.30/16.00 Esame

Commissione Esame: Oioli, Gallina, Boni

Modalità esame: 30 domande a crocette (18/30 superato)