

Seminario di aggiornamento teorico pratico

“ACQUATLETICA”

La pluriennale esperienza dei tecnici della Scuola Nuoto di Belluno nell’ambito delle attività acquatiche ha portato alla creazione del progetto denominato “**Acquatletica**” rivolto a tutti i tecnici sportivi: insegnanti di educazione fisica, preparatori atletici, allenatori, istruttori ecc., di qualsiasi disciplina. L’attività motoria in acqua per gli sport che con l’acqua non hanno alcuna affinità, si sta sviluppando sempre di più, con numerosi e positivi riscontri; il lavoro può variare dall’attività aerobica al potenziamento muscolare, dalla coordinazione generale alla propiocezione, dalla coesione della squadra alla riabilitazione post traumatica. In funzione della disciplina specifica e degli eventuali obiettivi tecnici concordati con l’allenatore, sono proposti dei protocolli di lavoro da adattare, verificare e modificare in funzione delle caratteristiche del gruppo.

Obiettivi:

- Interpretare l’acqua come strumento di allenamento, miglioramento delle capacità motorie, prevenzione e cura del dolore.

Destinatari:

- Il seminario è rivolto a tutti coloro che operano nell’ambito dello sport : insegnanti di educazione fisica, preparatori atletici, allenatori, istruttori.

Struttura del seminario:

- Il seminario si svolge nel pomeriggio dalle 15.00 alle 19.00 e si articola in due parti:
 - a. Parte teorica in aula presso il centro CONI di Belluno
 - b. Parte pratica in acqua presso la Piscina Comunale di Belluno – non è indispensabile saper nuotare; è necessario portare con se tutto l’occorrente per entrare in piscina: costume, accappatoio, ciabatte.

Programma

- In allegato. Il seminario è indirizzato a tecnici già formati e quindi abbiamo volutamente eliminato la parte teorica generale: fisiologia, capacità coordinative, capacità condizionali e quant’altro possa far parte del bagaglio culturale di tutti gli operatori sportivi.

Quota di partecipazione

- Gratuito

Iscrizioni

- Inviare entro mercoledì 23 giugno la scheda di iscrizione via fax 0437/940493 oppure via e-mail all’indirizzo di posta elettronica anna.fontana@nisbl.it

Informazioni

- Contattare il numero di telefono 0437/940488 e chiedere di Anna o tramite e-mail anna.fontana@nisbl.it