

## **L'UISP DI FERRARA ORGANIZZA**

# **CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI DI NUOTO SINCRONIZZATO**

**OBIETTIVO DEL CORSO:** formare nuove figure , in grado di affiancare e successivamente, gestire corsi di nuoto sincronizzato.

Il corso è rivolto a diplomati Isef, studenti laureandi o laureati in Scienze motorie, Operatori Uisp in attività e tutti i soggetti interessati alle tematiche del corso.

Verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

**DATA :** Domenica 26 Novembre 2017

### **PROGRAMMA**

**Mattina :** dalle ore 9,00 alle ore 12,00 presso la sede Uisp di Ferrara in via Verga n.4

Lezione frontale con i seguenti contenuti:

- elementi di base del sincro , posizioni e remate
- Insegnamento della tecnica degli elementi di base , correzione degli errori
- Esercizi con musica : impostazione e suggerimenti

**Pomeriggio :** dalle ore 14,00 alle ore 18,00 presso la Piscina di via Bacchelli a Ferrara

Lezione pratica in acqua

- Esecuzione degli elementi di base proposti dalle atlete in acqua , sottolineando le differenze e gli errori.
- Suggerimenti per alcuni esercizi proposti per elementi di base eseguiti da atlete
- Lavoro in gruppi : creazione di un breve esercizio con musica da parte di ciascun gruppo che si prenderà 1/2 o più atlete



Uisp  
Comitato Provinciale di Ferrara  
Via Giovanni Verga 4 - 44124 Ferrara  
Tel. 0532 907611 - Fax 0532 907601  
www.uispfe.it - ferrara@uisp.it

## COSTO E ISCRIZIONE

Il costo del corso è di € 80,00.

La quota e' da versare per intero prima dell'inizio del corso, direttamente tramite Bonifico bancario intestato a Uisp Comitato provinciale di Ferrara

Iban: IT 89 M 06155 13001 000000009410

Causale: corso di formazione Istruttori di Nuoto Sincronizzato seguito dal nome dell'iscritto

Per completare l'iscrizione è necessario inviare mail a [Leganuoto@uispfe.it](mailto:Leganuoto@uispfe.it). verrà inviato il modulo d'iscrizione da compilare e re-inoltrare via mail.

## INFORMAZIONI E CONTATTI

[Leganuoto@uispfe.it](mailto:Leganuoto@uispfe.it)

Uisp Ferrara tel 0532/709611