

**CORSO ALLENATORI DI 1° e 2° GRADO**

In allegato orari Corso Allenatori 1° e 2° Grado ed elenco iscritti.

I partecipanti dovranno provvedere a scaricare dal Sito della Lega Regionale

<http://www.uisp.it/toscana/index.php?idArea=26&contentId=2958>

le dispense utili al corso al quale si sono iscritti.

**Ricordiamo che il termine ultimo per le iscrizioni è fissato al 7 novembre.**

Eventuali errori o inesattezze negli elenchi dovranno essere comunicate con tempestività all'indirizzo mail

[anto.mumble@hotmail.it](mailto:anto.mumble@hotmail.it)

*A vostra disposizione per ulteriori chiarimenti invio cordiali saluti.*

**Lega Regionale UISP Pattinaggio  
Il Presidente**

20 Ottobre 2014



ANNO 2014

CORSO ALLENATORI UISP SECONDO GRADO  
PROGRAMMA DELLE LEZIONI

- SABATO 15 NOV 15:00-15:30 Introduzione al Corso  
(Sig. Glauco Cintoï Pres. Reg. UISP)  
15:30-17:00 Specialità: Coppie  
(Sig. Paola Merildi)  
17:00-18:30 Tecnica-Obbligatorî  
(Sig. Antonella Cerbai)  
18:30-19:30 Specialità: Gruppi  
(Sig. Antonella Cerbai)
- DOMENICA 16 NOV 9:00-10:30 Psicologia-Ansia da prestazione  
(Dott. Eleonora Ceccarelli)  
10:30-11:30 Metodologia dell'insegnamento: Alimentazione  
(Dott. Eleonora Ceccarelli)  
11:30-12:30 Tecnica-Salti  
(Sig. Antonella Cerbai)  
12:30-13:30 Tecnica-Trottole  
(Sig. Antonella Cerbai)
- SABATO 22 NOV 15:00-16:00 Teoria dell'allenamento:Carico Fisico-programmazione  
(Prof. Alda Mannini)  
16.00-16.30 Elementi di Primo Soccorso  
(Sig. Paola Merildi)  
16:30-18:00 Specialità: Livelli e Formula UISP  
(Sig. Edy Benozzi)  
18:00-19:30 Anatomia:  
App. Cardiocircolatorio-Respiratorio-Neuromuscolare  
(Prof. Alda Mannini)
- DOMENICA 23 NOV 9:00-13:30 Laboratorio Didattico  
ESAME (portare pattini)