

7/8 Novembre'09 30/31 gennaio 2010 OZZANO DELL'EMILIA(BO)

Corso di formazione per soci UISP in possesso della tessera 2008/09



**CORSO DI FORMAZIONE
AQUARIA 2° LIVELLO**



spec. ANZIANI E POSTRIABILITATIVO

Ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI 24/6/1976 D.P.R. n. 530 del 2/8/1974 Associazione con finalità assistenziali riconosciuta con decreto del Ministero dell'Interno del 6/5/1989

OBIETTIVI

Corso di specializzazione che nasce con l'obiettivo di approfondire quelle situazioni problematiche a livello fisico che ci troviamo sempre più frequentemente ad affrontare nei corsi di ginnastica in acqua.

Non si tratta di un corso di riabilitazione, ma di un corso che prepara a farci un'idea un po' più chiara della problematica che ci si presenta.

Siamo in una fase in cui la persona ha già svolto un intervento di riabilitazione specifico o ha un problema cronico e stabile e deve inserirsi nei corsi. Occorrerà una certa gradualità e una particolare attenzione per il favorevole progredire della situazione..

CONTENUTI

Saranno centrati sulle problematiche più frequenti suddivise nei vari settori:
Traumatologia, Ortopedia, Neurologia, Cardiologia,
Medicina generale, Geriatria;

Sarà proposto il protocollo di lavoro, i pro e i contro, la progressione del carico, l'organizzazione dei corsi e degli inserimenti.

MODALITA' D'ISCRIZIONE

- Iscrizione con un numero minimo di 12/15, in base alle prenotazioni telefoniche che dovranno pervenire presso la segreteria organizzativa del corso al n° tel. 051/796135
 - Successivamente inviare tramite fax allo 051/791066 i propri dati compilando la scheda allegata con l'attestazione dell'avvenuto pagamento effettuato tramite bonifico bancario c/o Banca di Bologna fil. Ozzano dell'Emilia IBAN ITN95N0888336990CC0100015000: intestato a Polisportiva Record Bologna via Larga 45/6 40100 BO; specificando nella causale Aquaria 2°liv.
- La quota del corso è di 250.00 € fino al 29/10/09, dal 30/10 la quota è di 280.00 €. **In caso di ritiro dal corso (previo avvertimento) la quota sarà rimborsata trattenendone il 15% per costi di segreteria**



ESSENUOTO

via palermo, 2 - 47030 S.Mauro Pascoli (FC)
tel. 0541 93.17.82/93.13.24 fax 0541 93.34.03
e-mail info@essenuoto.com -www.essenuoto.com

A
Q
U
A
R
I
A
2
L
I
V
E
L
L
O



Ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI 24/6/1976 D.P.R. n. 530 del 2/8/1974 Associazione con finalità assistenziali riconosciuta con decreto del Ministero dell'Interno del 6/5/1989

AQ2 well.anz./postriab. - Ozzano dell'Emilia 7/8 nov.'09 30/31 genn.2010

COSTO

La quota di 250.00 €, comprende l'attestato di partecipazione, il brevetto Aquaria Nazionale Uisp (rilasciato se si frequenta l'80% delle lezioni), il materiale didattico, l'attestato di frequenza e il brevetto internazionale CMAS (rilasciato se si frequenta l'80% delle lezioni)

REQUISITI DI AMMISSIONE

Essere in possesso della tessera Uisp 2009/10; Aver conseguito il brevetto di Aquaria Base.
A chi non è in possesso del brevetto Aquaria Base, verrà consegnato l'attestato di frequenza e quando avrà conseguito il livello mancante riceverà il brevetto completo.

SEDE DEL CORSO

Centro Sportivo AcquaFitness di Ozzano dell'Emilia via Nardi 2
dalla Stazione FS: informazioni ATC linea azzurra 101 dall'autostazione
(a sinistra dall'uscita principale della stazione)
in auto: uscita tangenziale S.Lazzaro di S., seguire direzione via Emilia (S.Lazzaro, Idice, Ozzano) il c.s si trova dopo il centro commerciale.

RITROVO

Centro Sportivo AcquaFitness di Ozzano dell'Emilia via Nardi 2
dalla Stazione FS: informazioni ATC linea azzurra 101 dall'autostazione
(a sinistra dall'uscita principale della stazione)
in auto: uscita tangenziale S.Lazzaro di S., seguire direzione via Emilia
(S.Lazzaro, Idice, Ozzano) il c.s si trova dopo il centro commerciale.

INFO

Tel. 051/796135 fax. 051/791066 - Manoela.
e.mail leganuoto@uisper.info - piscina.ozzano@acquaefitness.it - www.uisper.info -

DOCENTI Staff Aquaria Nazionale Uisp

Manoela Gaibari, Pamela Sorrentino, Luisa Miraglia, Alessandra Razzaboni,
Alessandra Valcasali, Diletta Rusolo



essenuoto

via palermo, 2 - 47030 S.Mauro Pascoli (FC)
tel. 0541 93.17.82/93.13.24 fax 0541 93.34.03
e-mail info@essenuoto.com - www.essenuoto.com



Ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI 24/6/1976 D.P.R. n. 530 del 2/8/1974 Associazione con finalità assistenziali riconosciuta con decreto del Ministero dell'Interno del 6/5/1989



AQ2 well.anz/postriab. - Ozzano dell'Emilia 7/8 nov.'09 30/31 genn.2010

NB. Il programma potrà subire delle variazioni sulla successione delle lezioni, comunque comunicate per tempo.

Sabato 7 Ritrovo h. 8.45

9/9.20	teoria	presentazione corso
9.20/11.45	teoria	Metodologia didattica e contenuti di un corso under 99 (ginnastica in acqua & nuoto)
11.45/12.45	BREAK	
13/14.30	pratica	l'acquaticità come obiettivo e come mezzo per apprendere la tecnica, ritmi di lavoro
14.40/16.30	teoria	attività motoria e apparato cardiovascolare nell'anziano
16.30/19	teoria	Dinamiche relazionali e comportamentali con e degli anziani

Domenica 8 Ritrovo h. 8.45

9/10	pratica/teoria	Visione di una lezione
10.15/11.45	teoria	Si apre un nuovo settore: postriabilitativo di mantenimento (definizione, struttura e obiettivi), accorgimenti, attenzioni, strategie per gestire questi gruppi
11.45/13.45	teoria	Conoscenza delle problematiche neurologiche, cardiologiche, mediche
13.45/14.30	BREAK	
14.45/16.45	teoria	Conoscenza delle problematiche traumatologiche e ortopediche

Sabato 30 Ritrovo h. 8.45

9/10.30	teoria	Progetto 1 : Acquaticità per ammalati di sclerosi multipla e atassie
10.30/12	teoria	Progetto 2: Sperimentale: "oversize"
12/13.45	pratica	obiettivo sensibilizzazione fasci mm. Utilizzo attrezzi con la funzione di presa di coscienza del proprio corpo
13.45/14.40	BREAK	
14.45/15.30	teoria	visione di una lezione "acque d'argento under 50"
15.30/16.30	teoria	Progetto 3: "nuoto d'argento" postriabilitativo
16.30/17.30	teoria	Progetto 4: "acque d'argento" postriabilitativo
17.30/18.30	teoria	Organizzazione degli inserimenti e dei corsi (test di controllo...)

Domenica 31 Ritrovo h.8.45

9/11	teoria	Dinamiche relazionali nel postriabilitativo: Strumenti per l'insegnante
11.15/12	teoria	Protocolli di lavoro inerenti ai progetti
12.00/12.30	teoria	Impostazione test finale
12.30/13.45	BREAK + lavori di gruppo	
13.30/14.00	pratica	laboratorio : attrezzi e posture, lavoro muscolare...
14.00/15.15	pratica	lavori di gruppo in acqua/test
15.30/16.45	teoria	Discussione lavori di gruppo e conclusioni

NB. per il regolare svolgimento delle lezioni, si invita a rispettare gli orari.

Buon lavoro! Per qualsiasi problema fare riferimento all'incaricata della segreteria del corso.

P
R
O
G
R
A
M
M
A



ESSENUOTO

via palermo, 2 - 47030 S.Mauro Pascoli (FC)
tel. 0541 93.17.82/93.13.24 fax 0541 93.34.03
e-mail info@essenuoto.com -www.essenuoto.com



Ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI 24/6/1976 D.P.R. n. 530 del 2/8/1974 Associazione con finalità assistenziali riconosciuta con decreto del Ministero dell'Interno del 6/5/1989

SCHEDA DI PARTECIPAZIONE AQUARIA NAZIONALE UISP

Per i soci UISP (da inviare compilata tramite fax o e-mail)

Nome.....Cognome.....

Via /p.zza n°.....

Località.....cap.....prov.....

Nato/a il.....CF.....

tel./fax.....cell.....

e-mail

ISCRIZIONE AL CORSO DI :

- ☐ AGGIORNAMENTO (segnare anche dove si svolge il corso).....
- ☐ AQUARIA 1° (segnare anche dove si svolge il corso).....
- ☐ AQUARIA 2° (segnare tipo di specializzazione).....
- ☐ Acquaerobica/step/allenamento
- ☐ Kick/allenamento - bike&Gym e allenamento - treadmill
- ☐ Pre-postparto
- ☐ Anziani e intervento postriabilitativo di mantenimento
- ☐ AQUARIA 3°

Dichiara inoltre di dare alla pol.va RTB e alla Lega Nazionale Nuoto e Attività in Acqua Uisp il proprio consenso ai sensi dell'art. 11 della legge 675/96 a che i dati che lo riguardano (indirizzo e data di nascita siano oggetto del trattamento elencato nella lettera d) art.1 della legge citata.

data

firma



ESSENUOTO

via palermo, 2 - 47030 S.Mauro Pascoli (FC)
tel. 0541 93.17.82/93.13.24 fax 0541 93.34.03
e-mail info@essenuoto.com - www.essenuoto.com