



Corso base preparatore atletico

Questo corso, *in parte in presenza e in parte on-line*, è rivolto a tutti coloro che intendono approcciare il ruolo del preparatore atletico con uno sguardo a 360 gradi, per avere così tutte le coordinate e gli strumenti necessari per strutturare e gestire correttamente la preparazione dei propri atleti. Il superamento del Corso con esito positivo consentirà ai partecipanti di essere inseriti nell'Albo Nazionale Tecnici ed Istruttori riconosciuto da Sport e Salute con la **Qualifica SNaQ BI005 - Preparatore Atletico**.

Venerdì 4 ottobre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Il progetto educativo Csi

Tappe ed obiettivi di sviluppo del giovane atleta

Dott. Gaetano Paternò - Presidente Comitato Territoriale Csi di Bergamo

Sviluppo motorio, capacità coordinative, condizionali e mobilità articolare

Prof. Claudio Aiello - Staff Formazione Csi Bergamo

Lunedì 7 ottobre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Caratteristiche psicologiche

del giovane atleta

Competenze pedagogiche e relazionali dell'allenatore di settore giovanile

Dott.ssa Giulia di Blasi - Staff Formazione Csi Bergamo

Lunedì 14 ottobre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Il ruolo del Preparatore Atletico

I principi dell'Allenamento

Pietro Merelli - Staff Formazione Csi Bergamo

Videolezione on demand Csi Academy

Da completare entro il 30 NOVEMBRE

Prevenzione degli infortuni e propriocettiva

Staff Formazione Presidenza Nazionali Csi

Videolezione on demand Csi Academy

Da completare entro il 30 NOVEMBRE

La preparazione fisica in sala fitness

Staff Formazione Presidenza Nazionali Csi

Lunedì 21 ottobre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Allenare il settore giovanile:

i fattori della prestazione calcistica

Staff Attività di Base Atalanta Bc

Mercoledì 23 ottobre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Palestra Cittadella dello Sport

Capacità coordinative e condizionali:

Metodo e strumenti di valutazione

Prof. Matteo Prezioso - Staff Formazione Csi Bergamo

Mercoledì 6 novembre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Organizzazione, programmazione

e periodizzazione dell'allenamento

Prof. Matteo Prezioso - Staff Formazione Csi Bergamo

Lunedì 11 novembre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Modelli prestativi e richieste sport specifiche

Staff Formazione Csi Bergamo

Lunedì 18 novembre - ore 20.30 / 22.30

Bergamo, Auditorium Cittadella dello Sport

Tutela e protezione dei minori nello sport

C. Buzzetti, M. Garattini, M. Legrenzi - Staff Formazione Csi Bergamo

Videolezione on demand Csi Academy

Da completare entro il 30 NOVEMBRE

Allenamento differente tra uomo e donna: muscoli e cervello

Staff Formazione Presidenza Nazionali Csi



Termine iscrizioni

30 Settembre

Iscriviti tramite QR code

oppure vai su www.csibergamo.it

Comitato Territoriale Csi di Bergamo Aps

035/210618 - www.csibergamo.it - csi@csibergamo.it

CsiBergamo   [csibergamo](https://www.instagram.com/csibergamo)



Aderente al Sistema Nazionale di Qualifiche degli Operatori Sportivi - Scuola dello Sport - Sport e Salute
Ente accreditato presso il MIUR ai sensi della direttiva ministeriale 170/2016
Ente riconosciuto dal Ministero dell'Interno quale Ente nazionale con finalità assistenziali