

## Corso per la qualifica di PERSONAL TRAINER (4° level EQF)

Il secondo step del nostro percorso, relativo alla qualifica in oggetto, è costituito da 4 fine settimana che porteranno a formare la figura del PERSONAL TRAINER, cioè la figura professionale specializzata nell'allenamento personalizzato del singolo soggetto in modalità "one to one", quindi strutturato su misura per le sue esigenze, ai fini del raggiungimento dei seguenti obiettivi: benessere psicofisico generale in primis, miglioramento della composizione corporea (tonificazione, ipertrofia, dimagrimento), allenamento al femminile con le varie problematiche ad esso legate (cellulite, osteoporosi, pre e post-parto), prevenzione e risoluzione problematiche fisiche, recupero funzionale post trauma (in collaborazione con figura professionale specifica), tramite mezzi (attrezzi) e metodi (programmi d'allenamento) da utilizzare in palestra, come in luoghi aperti o abitazioni private, in completa autonomia. Il personal trainer sarà a conoscenza di nozioni generali sull'alimentazione e supplementazione, per poter valutare eventuali problematiche dell'atleta e, eventualmente, indirizzarlo verso la figura specialistica di riferimento (nutrizionista, dietologo). . Per ulteriori informazioni, per iscrizione o prenotazione posto per la prossima sessione del corso, contattateci tramite mail

**SGT ACADEMY**  
**Certified EurEthICS ETSIA ® Registered**  
**info@sgtacademy.eu**

Rilasciamo certificazioni EurEthICS ETSIA Organizzazione Partner ufficiale della Commissione europea e della House of Sport, per la certificazione di qualifiche internazionali, riconosciuta e definita nel comunicato del Parlamento europeo (Edition 547: 4 October 2017) come "standard di certificazione di alto livello nello sport e in altri settori educativi, con l'applicazione dell'EQF (Quadro europeo delle qualifiche) per il riconoscimento nell'intera Unione europea. Le certificazioni inserite in albo ETSIA EU Experts in collaborazione con CSI sono riconosciute in Italia da CSI (Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI e da SPORT e SALUTE)

Accademia registrata EU Experts e certificata:

EurEthICS ETSIA ® Official Partner of the European Commission European Week of Sport and Sport Forum.

EurEthICS ETSIA ® Registered. Certificate of registration EUIPO No 016602526. Certification of Educational Services.

<http://www.eurethicsport.eu>



**#BEACTIVE**

