

Corso per la qualifica di ISTRUTTORE specializzato in CALISTHENICS

Percorso formativo intensivo ed altamente specializzato, progettato per chi desidera acquisire le competenze tecniche, metodologiche e didattiche per insegnare il Calisthenics in modo sicuro, efficace e professionale.

📅 Formula weekend: 4 weekend in presenza (sabato e domenica)

(è possibile partecipare solo al primo weekend ricevendo l'attestato di partecipazione, per conseguire il diploma di istruttore sarà necessario partecipare a tutti e 4 i fine settimana)

📍 Sede: Firenze

🎓 Esame finale e rilascio certificazione ufficiale

✅ Riconoscimento CONI + Certificazione Europea

📖 Struttura del Corso

Weekend 1 - Fondamenti e tecnica base

Introduzione al Calisthenics

Cenni di anatomia

Respirazione

Mobilità e prevenzione infortuni

Core

Movimenti fondamentali

Progressioni e regressioni

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>

Weekend 2 – Esercizi avanzati, programmazione e didattica

Esercizi avanzati
Analisi e correzione degli errori tecnici
Costruzione di una lezione efficace
Tecniche di allenamento
Periodizzazione e allenamento a medio/lungo termine

Weekend 3 – Coaching pratico

Coaching individuale e di gruppo
Spotting e assistenza sicura
Adattamenti per esigenze specifiche
Programmazione sul campo

Weekend 4 – Ripasso, simulazioni e preparazione all'esame

Ripasso pratico e teorico
Simulazioni di lezione e coaching reale
Test scritto + prova pratica finale
Discussione e feedback individuale

Certificazione finale

Al superamento dell'esame finale, verrà rilasciata l'abilitazione all'insegnamento della disciplina del Calisthenics, con riconoscimento in tutta l'Unione Europea ed in tutta Italia come previsto dalla nuova riforma dello sport, nello specifico:

Diploma europeo riconosciuto da Eurethics-Etsia (ente europeo con sede a Bruxelles)

Diploma italiano riconosciuto da CSI (ente di promozione sportiva riconosciuto da CONI e 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



A chi è rivolto

Appassionati di Calisthenics che vogliono insegnare

Personal trainer e istruttori di fitness

Allenatori sportivi e preparatori atletici

Chi desidera ampliare le proprie competenze nel settore del fitness funzionale

Requisiti di accesso

Maggiore età

Buona condizione fisica generale

Esperienza minima nella pratica del Calisthenics o sport correlati

Per informazioni ed iscrizione:

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

