

## programma corso TRAINER - 1° fine settimana

	sabato	domenica
argomenti	<ul style="list-style-type: none"> <li>- presentazione corso e percorso SGT ACADEMY (30 min)</li> <li>- Presentazione Eurethics EQF e normativa europea (30 min)</li> <li>- il muscolo e le sue Fibre (2 h)</li> <li>- biomeccanica muscolare (1 h)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- traumatologia e primo soccorso (1.5 h)</li> <li>- Classificazione dei movimenti del corpo (30 min)</li> <li>- punti critici (1 h)</li> <li>- chiarimento eventuali dubbi (1 h)</li> </ul>
pausa		
argomenti	<ul style="list-style-type: none"> <li>- l'attivazione neuromuscolare (1 h)</li> <li>- i sistemi energetici (1 h)</li> <li>- il rachide ed il bacino (1 h)</li> <li>- Fisiologia delle articolazioni (1 h)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PRATICA (3 h)</li> <li>- Verifica finale delle nozioni apprese durante tutto il fine settimana del primo livello, tramite test scritto</li> </ul>

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

