

programma corso GYM TRAINER - 3° fine settimana

	sabato	domenica
argomenti	- programmazione e tabelle di allenamento (2 h) - periodizzazione dell'allenamento (2 h)	- PRATICA (4 h)
pausa		
argomenti	- mobilità articolare e stretching muscolare (2 h) - PRATICA (2 h)	- Verifica finale delle nozioni apprese durante tutti i fine settimana dei primi 3 livelli, tramite test scritto, orale e prova pratica

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>