



A.S.D. EuKines
ANI: Associazione Nordic Fitness Italiana
UNC: Unione Nazionale Chinesiologi (sede provinciale di Palermo)

Organizzano:

**Corso per la formazione
di
Istruttore di Nordic Walking ANI**

Tecnica base dei 4 elementi



progressione didattica gamma



Palermo 23/24 Gennaio 2009
ITC Pio la Torre
V. Nina Siciliana n°22 Palermo

Enti patrocinanti



MSI :Movimento Sportivo Popolare (Sicilia)
AIDM: Associazione Italiana Donne Medico (area sud)
A.M.S.D.: Associazione Medico Sportiva Dilettantistica

Per informazioni:

www.unc.it

Fabrizio Lorenzoni 339-8935727

Lidia Mazzola 3355325225

Vincenza Milazzo 3490828127

Fax 091214678

Per iscrizioni:

nordicwalkingtoscana@gmail.com

DESTINATARI:	Laurea in medicina, laurea in scienze-motorie o fisioterapia, diploma di educazione fisica, diploma massofisioterapia e simili, studenti di scienze motorie, istruttori, istruttori di nuoto, fitness, allenatori, maestri di sci, guide alpine, accompagnatori di media montagna, tutti coloro che hanno esperienza nel dirigere gruppi sportivi o attività similari, che presentino certificazione dello svolgimento di un corso base di Nordic Walking della durata complessiva di 12 ore presso un nostro Istruttore qualificato di zona ANI (vedi elenco nel sito ANI) oppure la partecipazione al corso propedeutico
PARTECIPANTI:	minimo 10 persone
DATA:	23/24 Gennaio 2009
SEDE :	ITC Pio La Torre
ORARIO:	1° giornata : 9,00 / 13,00 ; 14,30/18,30 2° giornata: 9 ,00 /13,00; 14,30/18,00
FINALITA':	Diploma "Nordic Walking Istruttore"
OBIETTIVI:	Una corretta informazione sulle possibilità formative ed educative del Nordic Walking Conoscenza della attività sportiva con particolare riferimento ai suoi aspetti formativi, in relazione alle diverse età e livelli di sviluppo motorio, Apprendimento della tecnica di base Coordinamento del Nordic Walking con le attività di rieducazione posturale.
METODOLOGIA DI LAVORO :	Lezioni teoriche con studio analitico della tecnica di base Lezioni pratiche con prove globali e correzione degli errori nella applicazione della tecnica del N.W.
MATERIALI e TECNOLOGIE:	Bastoncini da N.W. Utilizzo pc
MATERIALI DIDATTICI:	Manuale di Formazione teorica e pratica.
STRUMENTI, MODALITA'E TEMPI DELLA VERIFICA/VALUTAZIONE:	Verifica in itinere per monitorare l'andamento del Corso.

ATTREZZATURE A
SEGUITO DEL
PARTECIPANTE:

Abbigliamento sportivo & scarpe sportive
Cardiofrequenzimetro (facoltativo)
Bastoncini da Nordic Walking (facoltativo)
Portaborraccia o piccolo zaino
K-Way (in caso di pioggia)

DOCUMENTAZIONE
OBBLIGATORIA :

**Certificato medico non antecedente a 3 mesi la data di
Svolgimento del corso.**

DIRETTORE DEL
CORSO:

Dott. FABRIZIO LORENZONI

ORGANIZZATORE:

U.N.C. PALERMO

COMITATO SCIENTIFICO:

Fabiola Angeli
Fabrizio Lorenzoni
Lidia Mazzola
Thommy Schoepf
Giuseppe Selvaggi

DOCENTI

Dott.Fabiola Angeli
Dott. Fabrizio Lorenzoni
Prof. Lidia Mazzola

COSTO DEL CORSO

il costo di formazione (2 giorni) è pari a € 240.00 .
Versamento solo tramite bonifico bancario 10 giorni prima dalla
data del corso.

Il Diploma “Nordic Walking Istruttore” da diritto a:

- Iscrizione all’Albo Istruttori ANI (1° Anno)
- Tesserino Albo Istruttori ANI
- Prezzi agevolati (bastoncini/scarpe/abbigliamento ecc.)

Avvertenze:

La domanda d’iscrizione al Corso di formazione, deve pervenire entro e non oltre 10 giorni prima dalla data prevista di svolgimento del Corso, corredata dalla copia di versamento relativa all’iscrizione. Vi contatteremo per confermarvi l’accettazione e per tutte le eventuali comunicazioni via e-mail o telefonicamente.

Per disdette entro e non oltre 10 giorni dalla data prevista del Corso, vi verrà restituita la somma decurtata di € 10.00 per diritti di segreteria.

Allegare ricevuta di versamento sul C.C. 808879 Monte dei Paschi di Siena Agenzia di Castel del Piano GR C. Iban IT 62M0103072190000000808879 intestato a Lorenzoni Fabrizio e Angeli Fabiola Causale: iscrizione corso istruttore ANI

Inviare a nordicwalkingtoscana@gmail.com

IL corso è valido come ore di aggiornamento UNC per il mantenimento della Qualificazione e/o Certificazione FAC

Programma del corso



La formazione dell'Istruttore è basata sulla teoria e la pratica della tecnica dei 4 elementi con la progressione gamma, la durata del corso è di due giorni (sabato-domenica).

Tecnica-Metodica:



- Approfondimento della Tecnica dei 4 elementi.
- Allenamento sportivo e coordinativo con variazioni tecniche.
- Analisi dei movimenti, ripresa Video e Videoanalisi.
- Programma di riscaldamento, potenziamento, stretching e fantasia motoria
- Metodo didattico della progressione gamma.
- Attività pratica di una seduta di allenamento e di allenamento di gruppo specifico per le varie età

Teoria:



- Nascita, sviluppo e conoscenza del Nordic Walking
- Materiale didattico – scientifico
- Aspetti salutari
- Aspetti Biomeccanici della Tecnica dei 4 elementi
- Strutturazione e programmazione di un allenamento
- Marketing ed Organizzazione.



Obiettivo della Formazione



- Organizzare, sviluppare e formare principianti tramite corsi base di Nordic Walking
- Incontri informativi per presentare e divulgare il Nordic Walking
- Stretta relazione con i praticanti attraverso sedute di allenamento regolare.



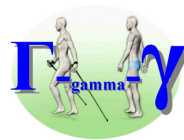
Esame finale per istruttore ANI



- L'esame finale è diviso in 3 parti: Tecnica, Metodica, Teoria.
- Entrambi gli esami di pratica (Tecnica e Metodica) sono acquisiti durante il corso di formazione.
- La parte teorica richiede il tempo di un'ora al termine della formazione.

Formatori del Corso:

Team nazionale del Settore Tecnico ANI.

**Commissione d'esame:**

La Commissione esaminatrice è composta dal Presidente ANI o suo delegato, dal Direttore Tecnico ANI, dal Responsabile- Formatore Federale e dagli Esperti Formatori-Coach del Corso.

**ANI organizza in tutta Italia la formazione per:**

- a) **ISTRUTTORE**
- b) **ISTRUTTORE REGIONALE**
- c) **ISTRUTTORE NAZIONALE**
- d) **HEALT TEACHER.**

**CORSO DI FORMAZIONE PER:**

Propedeutico (lo svolgono gli istruttori regionali in una giornata)

ISTRUTTORE (lo svolgono gli istruttori nazionali abilitati. Durata due giorni per coloro che posseggono i requisiti richiesti, tre giorni per coloro che non hanno i requisiti richiesti) *si consiglia la partecipazione non obbligatoria di tre giorni a tutti.*

ISTRUTTORE

REGIONALE (lo svolgono i responsabili nazionali della formazione ANI in tre giornate)

ISTRUTTORE

NAZIONALE (lo svolgono i responsabili nazionali della formazione ANI attraverso il sistema modulare)

HEALT TEACHER (riservato esclusivamente agli aventi titolo)