



STAGIONE SPORTIVA 2016
CORSI DI FORMAZIONE ISTRUTTORI
SNAQ – CONI (sistema nazionale di qualificazione dei tecnici sportivi)

Il comitato Msp Palermo – Msp Academy per l'anno in corso 2016, organizza i corsi in oggetto.

CORSO DI FITNESS FUNZIONALE I Livello, (Body Weight, TRX, madball).
WEEK-END del 23-24 Gennaio 2016

CORSO DI TECNICO SALA ATTREZZI
1° WEEK-END 30-31 Gennaio 2016
2° WEEK-END 06-07 Febbraio 2016

CORSO DI FITNESS FUNZIONALE II Livello, (Body Weight, TRX, Kettlebell).
N.B. Può partecipare chi è già in possesso del primo Livello
WEEK-END del 13-14 Febbraio 2016

CORSO DI MILITARY FITNESS (circuiti militari)
WEEK-END 21-22 Febbraio 2016

CORSO DI FITNESS FUNZIONALE III Livello, (tecniche con Bilanciere olimpico).
WEEK-END del Marzo 2016

IL 12 MARZO – SCHEDE DI ALLENAMENTO (programmi di allenamento per la forza, l'ipertrofia, dimagrimento, e l'allenamento funzionale)

CORSO PER PERSONAL TRAINER
1° WEEK-END 19-20 MARZO 2016
2° WEEK-END 26-27 MARZO 2016
3° WEEK-END 09-10 APRILE 2016
4° WEEK-END 16-17 APRILE 2016
5° WEEK-END 23 APRILE 2016

Info Programmi e costi www.mspsicilia.it – 3920047577 sconto del 10% per chi è in possesso di un diploma Msp, Coni, o frequenta la facoltà di Scienze Motorie.

MSP Palermo - Via Pietro Nenni, 24 - 90146-Palermo Tel. 091.551360 Fax 091.6763335 www.mspsicilia.it e-mail info@mspsicilia.it



ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE
Iscrizione al Registro Nazionale del
Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali



ASSOCIAZIONE DI PROTEZIONE
AMBIENTALE
Ministero dell'Ambiente



ENTE NAZIONALE CON FINALITÀ ASSISTENZIALE
Ministero dell'Interno
Riconoscimento del 02/03/89 prot.559/c



ASSOCIAZIONE DI VOLONTARIATO
Dipartimento di Protezione Civile
Presidenza del Consiglio dei Ministri



Ente di Promozione Sportiva
Riconosciuto dal Coni