

**CORSO OPERATORE SPORTIVO DI BASE
e ANIMATORE SPORTIVO**
Qualifica Istruttore Ginnastica per tutti – BI005 CONI

MODALITA' D'AULA MISTA:

ON LINE e IN PRESENZA
(ATTENZIONE CHE 3 GIORNATE SONO IN PRESENZA)

PERIODO DI SVOLGIMENTO:

DAL 21 SETTEMBRE AL 21 NOVEMBRE 2026

CHI PUÒ PARTECIPARE:

IL CORSO È APERTO A TUTTI COLORO CHE HANNO COMPIUTO ALMENO **16 ANNI**

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

100 EURO I TESSERATI
110 EURO NON TESSERATI

DA PAGARE SOLO QUANDO VE LO COMUNICA IL COMITATO

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

 <https://ceaf.csi-net.it/iscrizioni/27141/ef263f9ef9f3f138470e8f2ab574c235>

TERMINE PER L'ISCRIZIONE

17 SETTEMBRE 2026

Trento, 08/09/2026
Gaia Tozzo



MODULO	MONTE ORE	FORMATORE	MODALITA' AULA	GIORNO	ORARIO
MODULO ASSOCIATIVO	3	SANDRO E SARA	online	21 settembre	19.30-22.20
COSTRUZIONE E CONDUZIONE DI UNA SEDUTA	4	MARINA	palestra	3 ottobre	14:00-18:00
COMUNICAZIONE EFFICACE	4	GAIA	in presenza	3 ottobre	9.00-13.00
ALLENARE GLI SCHEMI MOTORI DI BASE	4	GIANLUCA	palestra	10 ottobre	9.00-13.00
PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI E RIEDUCAZIONE	3	GIANLUCA	palestra	10 ottobre	14:00-18:00
ANATOMIA FUNZIONALE E MOVIMENTO	2	Francesca	online	14 ottobre	18.30-20.30
RISCALDAMENTO, MOBILITÀ E STRETCHING	2	MARINA	palestra	17 ottobre	14:00-18:00
FISIOLOGIA DELL'ESERCIZIO E BASI DELL'ALLENAMENTO	2	Francesca	online	21 ottobre	18.30-20.30
ALIMENTAZIONE DELLO SPORT	2	Francesca	online	24 ottobre	9.00-11.00
APPRENDIMENTO E ALLENAMENTO MOTORIO. CAPACITÀ COORDINATIVE E CONDIZIONALI.	4	GIANLUCA	online	DA DEFINIRE	
ATTIVITÀ MOTORIA IN ETÀ EVOLUTIVA	3	GIANLUCA	online	DA DEFINIRE	
CONSAPEVOLEZZA DI SÉ E GESTIONE DELLE EMOZIONI	3	LUIGI	da definire	DA DEFINIRE	
GLI ADULTI E GLI ATLETI DI OGGI: CONTESTO E CORNICE SOCIALE DELLO SPORT	2	GAIA O LUIGI	da definire	DA DEFINIRE	
VALUTAZIONE PRATICA FINALE	1			DA DEFINIRE	
TOTALE	39				