

## CORSO ALLENATORI SNAQ II° LIVELLO - CONI BZ

NOVEMBRE - DICEMBRE 2026 C/O LA VILLA IN BADIA

| ORARIO                           | ARGOMENTO                                                               | DOCENTI                   |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| SABATO 14 NOVEMBRE (IN PRESENZA) |                                                                         |                           |
| 8:30-9:00                        | ACCREDITO                                                               | Valentini T.              |
| 9:00-12:30                       | SVILUPPO DELL' ATLETA - PRINCIPI ED EVIDENZE                            |                           |
| 12:30-14:00                      | PAUSA PRANZO                                                            |                           |
| 14:00-18:00                      | METODOLOGIA DELL' ALLENAMENTO - SAPER PROGRAMMARE, VALUTARE, MONITORARE | Clara L.                  |
| MERCOLEDÌ 18 NOVEMBRE (WEBINAR)  |                                                                         |                           |
| 18:30-21:30                      | NUTRIZIONE SPORTIVA                                                     | Daurú I.                  |
| GIOVEDÌ 26 NOVEMBRE (WEBINAR)    |                                                                         |                           |
| 18:30-21:30                      | LA PREPARAZIONE FISICA IN ETÀ EVOLUTIVA                                 | La Mendola M.             |
| SABATO 28 NOVEMBRE (IN PRESENZA) |                                                                         |                           |
| 8:30-18:00                       | ATTIVITÀ PRATICA IN PALESTRA                                            | Clara L.<br>Ciavarella F. |
| MARTEDÌ 01 DICEMBRE (WEBFINAR)   |                                                                         |                           |
| 18:30-21:30                      | PSICOLOGIA DELLO SPORT                                                  | Gröber M.                 |
| MERCOLEDÌ 09 DICEMBRE (WEBINAR)  |                                                                         |                           |
| 18:30-21:30                      | PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI NELLO SPORT                                 | Clara L.                  |