



CORSO DI FORMAZIONE PER ALLENATORI DI 1° LIVELLO

OTTOBRE 2025 - BOLZANO

ORARIO	ARGOMENTI	DOCENTI
SABATO 11 OTTOBRE - BOLZANO		
9:00-9:30	BENVENUTO E INTRODUZIONE	VALENTINI
9:30-12:30	CONOSCENZE PEDAGOGICHE DI BASE DELL'ALLENATORE	
12:30-14:00	<i>PAUSA PRANZO</i>	LA MENDOLA
14:00-18:00	FONDAMENTI DI TEORIA DELL'ALLENAMENTO	
GIOVEDÌ 16 OTTOBRE - WEBINAR		
18:30-21:30	LO SVILUPPO MOTORIO; LE CAPACITA' CONDIZIONALI E COORDINATIVE	LA MENDOLA
MARTEDÌ 21 OTTOBRE - WEBINAR		
18:30-21:30	LO SVILUPPO A LUNGO TERMINE DELL'ATLETA: TALENTO O ALLENAMENTO?	VALENTINI
SABATO 25 OTTOBRE		
9:00-12:30	ESERCITAZIONI PRATICHE E METODICHE - PARTE 1	CAMIN - LA MENDOLA
12:30-14:00	<i>PAUSA PRANZO</i>	
14:00-18:00	ESERCITAZIONI PRATICHE E METODICHE - PARTE 2	