



FEDERAZIONE  
ITALIANA  
SPORT  
INVERNALI

SCUOLA TECNICI FEDERALI DISCIPLINE NORDICHE

**CORSO ALLENATORI I LIVELLO - MODENA Skipass**

ORA	ARGOMENTO	RELATORE
<b>SABATO 28 OTTOBRE</b>		
09.00 - 9.15	ACCREDITI	
09.15 - 09.30	INTRODUZIONE LAVORI - REGOLAMENTI STF	Rivero P.
09.30 - 13.00	FONDAMENTI DI FISIOLOGIA: CAPACITA' CONDIZIONALI E MECCANISMI ENERGETICI	Savoldelli A.
13.00 - 14.00	PAUSA PRANZO	
14.00 - 18.00	SALT: CAPACITA' COORDINATIVE, TECNICA E OBIETTIVI DELLA SEDUTA DI ALLENAMENTO	Rivero
<b>DOMENICA 29 OTTOBRE</b>		
09.00 - 13.00	BIATHLON: ASPETTI GENERALI, SICUREZZA E REGOLAMENTI	S. Plafoni
13.00 - 14.00	PAUSA PRANZO	
14.00 - 18.00	SALTO E CN: ASPETTI GENERALI, SICUREZZA E REGOLAMENTI	W. Cogoli