



A.D. POLISPORTIVA CHAMPIONS

C.da Sant'Anna, 24
94011-Agira (Enna)-
C.F. 91035010866

LA PREPARAZIONE FISICA OTTIMALE NEGLI SPORT DI COMBATTIMENTO

- *Metodologia di allenamento applicata alle arti marziali e agli sport di combattimento (Dott. Roberto Provenzano)*
- *Allenamento specifico della forza, rapidità, resistenza (Dott. Roberto Provenzano)*
- *Organizzazione e periodizzazione dell'allenamento per professionisti, dilettanti e giovani (Dott. Roberto Provenzano)*
- *Test per la valutazione dell'atleta (Dott. Roberto Provenzano)*
- *Mental training (Prof. Josè Alberto Freda)*
- *La Performance analysis negli sport di combattimento (Prof. Pietro Mango)*
- *Le scelte chinesio-logiche nella prevenzione dai traumi da sport (Prof. Antonino Cosentino)*
- *Il recupero dai principali traumi negli sport da combattimento (Dott. Nicola Abbate)*

Sabato 19 giugno 2010:

- *convegno dalle ore 9,00 alle 14,00 presso il "Centro di Esposizione dei Prodotti Tipici Locali" in via Circonvallazione- Agira .*

Domenica 20 giugno:

- *la partecipazione allo stage di karate e alle masterclass di Aerobica-Step, Fit & Boxe, Group Cycling, Danza Moderna sarà gratuita per tutti gli iscritti alla Facoltà di Scienze Motorie e del Benessere previa iscrizione attraverso il sito www.championsagira.it. Sede: "Centro di Esposizione dei Prodotti Tipici Locali" in via Circonvallazione- Agira*

La partecipazione al Convegno e la relativa stesura di una relazione scritta, consentirà l'acquisizione di 6 ore di tirocinio interno.

Per informazioni

320/0245742-329/1389073- www.championsagira.it