



CORSO ISTRUTTORE DI BASE - Cagliari

SABATO	05 MAGGIO	15:00	17:00	PRESENTAZIONE DEL CORSO-LINEE GUIDA GENERALI	2
		17:00	19:00	LA CULTURA DELL'ACQUA - PARTE 1°	2
DOMENICA	06 MAGGIO	09:30	11:30	LA CULTURA DELL'ACQUA - PARTE 2°	2
		11:30	13:30	DALL'ADOLESCENZA ALL'ETA' ADULTA - 1° PARTE	2
		15:00	17:00	DALL'ADOLESCENZA ALL'ETA' ADULTA - 2° PARTE	2
		17:00	19:00	GINNASTICA EDUCATIVA E PRENATORIA	2
SABATO	12 MAGGIO	15:00	17:00	BIOFISIOLOGIA 1° PARTE	2
		17:00	19:00	BIOFISIOLOGIA 2° PARTE	2
DOMENICA	13 MAGGIO	09:30	11:30	METODOLOGIA 1° PARTE	2
		11:30	13:30	METODOLOGIA 2° PARTE	2
		15:00	17:00	METODOLOGIA 3° PARTE	2
		17:00	19:00	ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' NATATORIE 1° PARTE	2
SABATO	19 MAGGIO	15:00	17:00	ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' NATATORIE 2° PARTE	2
		17:00	19:00	ORGANIZZAZIONE DELLE ATTIVITA' NATATORIE 3° PARTE	2
DOMENICA	20 MAGGIO	09:30	11:30	TEORIA DI TECNICA DELLE NUOTATE 2° PARTE	2
		11:30	13:30	ELEMENTI DI PALLANUOTO	2
		15:00	17:00	REGOLAMENTI TECNICI	2
		17:00	19:00	ELEMENTI DI SINCRONIZZATO	2
SABATO	26 MAGGIO	15:00	17:00	ATTIVITA' MOTORIA PER GESTANTI E PRIMA INFANZIA	2
		17:00	19:00	ATTIVITA' MOTORIA PER PRESCOLARI, 3 E 4 ETA'	2
DOMENICA	27 MAGGIO	09:30	11:30	TEORIA DI TECNICA DELLE NUOTATE 2° PARTE	2
		11:30	13:30	ATTIVITA' MOTORIA PER DISABILI	2
		15:00	17:00	TEORIA DI TECNICA DELLE NUOTATE 3° PARTE	2
		17:00	19:00	TEORIA DELLA GINNASTICA IN ACQUA	2

**LEZIONI PRATICHE**

SABATO	12 MAGGIO	11.00	13.00	PRATICA DI TECNICA DELLE NUOTATE 1° PARTE	2
SABATO	19 MAGGIO	11.00	13.00	PRATICA DI TECNICA DELLE NUOTATE 2° PARTE	2
SABATO	26 MAGGIO	11.00	13.00	PRATICA DI TECNICA DELLE NUOTATE 3° PARTE	2
MARTEDI'	29 MAGGIO	20.00	22.00	ELEMENTI/PROPOSTE PER LA PALLANUOTO-SINCRO-SALVAMENTO	2

Scadenza iscrizioni il 2 Maggio 2018, esame programmato per il 30 giugno, da confermare.

Il corso verrà attivato al raggiungimento di minimo 20 iscritti, saranno accettati massimo 50 partecipanti.

Il presente calendario potrebbe subire variazioni di giorno e orario in corso d'opera. Le lezioni pratiche si svolgeranno presso la piscina Atlantide Elmas, mentre le teoriche presso la sede del Comitato, salvo variazioni.



Il COORDINATORE SIT

*Carlo Sardi*