



FEDERAZIONE PUGILISTICA ITALIANA

DAL 1916 FORZA, PASSIONE, IDENTITÀ.



VIII Corso per il conseguimento della qualifica di Istruttore di Boxe Competition

Programma didattico 10/11 Giugno 2017 –

VIII Corso FPI per il conseguimento della qualifica di Istruttore di Boxe Competition

Programma Sabato 01 Giugno 2017:

Ore 08,30/09,00 - Accoglienza/accrediti

Ore 09,00/10,00 - Carte Federali

Ore 10,00/11,00 - Comunicazione e Social Media

Ore 11,00/13,00 - Regolamento Boxe Competition

Dalle ore 13,00 alle ore 14,00 pausa pranzo

Ore 14,00/16,00 - Metodo di giudizio degli incontri di Boxe Competition

Le lezioni proseguiranno dalle ore 18,00 presso Mondofitness

Ore 18,00/19,00 - Stretching e prevenzioni infortuni (pratica)

Ore 19,00/22,00 - Tecniche di base del Pugilato

Programma Domenica 11 giugno 2017:

Ore 09,00/11,00 - Cenni e concetti dell'allenamento funzionale

Ore 11,00/12,00 - Stretching e prevenzione infortuni (teoria)

Ore 12,00/13,00 - Struttura delle protezioni per il Pugilato

Dalle ore 13,00 alle ore 14,00 pausa pranzo

Ore 14,00/16,00 - Metodo di giudizio, mimica e comportamento dei Giudici ed Arbitri negli incontri di Boxe Competition.

Ore 16,00/18,00 - Introduzione alla leadership e gestione del gruppo

Il corso si svolgerà presso:

Centro di Formazione Olimpica "Giulio Onesti"

Scuola dello Sport - CONI Servizi

Largo Giulio Onesti, 1 00197 – Roma

Mondofitness

Stadio Paolo Rosi Via dei Campi Sportivi 7, Roma

lo stadio si trova a ridosso del centro Olimpico, è raggiungibile a piedi.

N.B. I partecipanti devono portare al seguito certificazione medica di Buona Salute e le dispense fornite via mail. Si consiglia di indossare tuta ginnica in quanto nella parte finale ci saranno delle prove pratiche e valutazione tecnica.

Come raggiungere la Scuola dello Sport

Dalla stazione ferroviaria di Roma Termini: Prendere la Metro "A" scendere alla fermata "Flaminio" (4 fermate), quindi prendere il treno della **ferrovia Roma Nord** e scendere alla terza fermata (a richiesta) "**Campi Sportivi**".

In autobus: Linea 217 fermata in Viale Parioli Linea 233, fermata in Via dei Campi Sportivi Linea 69, fermata in Via del Foro Italico, adicenze Via dei Campi Sportivi

In automobile: Dal G.R.A., prendere l'uscita Salaria - Roma Centro; percorrere via Salaria per circa 6,3 km; svoltare a destra allo svincolo "Via del Foro Italico"; percorrere via del Foro Italico per circa 1,2 km; svoltare a destra in via dei Campi Sportivi. L'ingresso è situato lungo la Via dei Campi Sportivi, all'altezza dell'ex numero civico 48.