



La Direzione Formazione e la Direzione Tecnica del CSI Campania, organizzano per l'anno sportivo 2021

# Corso di Formazione per Aspirante

## Allenatore di KARATE

Sede di svolgimento del Corso : Centro Sportivo Cercola

Direttore del Corso : Massimiliano Carangio

Durata : 24 ore divise in moduli da 4 ore il sabato mattina  
+ 24 ore tirocinio pratico

Data inizio : 30 ottobre 2021

Quota di partecipazione : **60,00**

**Iscrizioni link:**

<https://ceaf.csi-net.it/iscrizioni/11618/5d71dea3baebcb9ed152b9287bdb5469>

**CSI entro il 25 ottobre 2021**

Partecipanti : Laureati Scienze Motorie , Tecnici Sportivi, Atleti con il grado minimo

Di cintura nera 1° DAN. Età minima 16 anni

Programma lezioni : 8 ore elementi di anatomia, fisiologia e basi della biomeccanica

4 ore Medicina Generale

8 ore metodologia dell'allenamento-programmi di allenamento

2 ore Nutrizione e Alimentazione

2 ore il CSI, storia , organizzazione, struttura e regolamenti

Sabato 30 ottobre 2021

09.00/11.00 presentazione corsi ( presidenza regionale CSI )

11.00/13.00 Fisiologia e Anatomia Generale



### **Sabato 06 novembre 2021**

- 09.00/11.00            Basi della Biomeccanica
- 11.00/13.00            Elementi di Metodologia dell'allenamento

### **Sabato 13 novembre 2021**

- 9.00/11.00            Programmazione dell'allenamento del Karate
- 11.00/13.00            Programmi Tecnici del Karate

### **Sabato 20 novembre 2021**

- 09.00/11.00            Metodologia dell'allenamento
- 11.00/13.00            Fisiologia e Anatomia Generale

### **Sabato 27 novembre 2021**

- 09.00/11.00            Basi della Biomeccanica
- 11.00/13.00            Nutrizione e Alimentazione

### **Sabato 04 dicembre 2021**

- 09.00/11.00            Marketing e Management
- 11.00/13.00            Nutrizione e Alimentazione

### **Sabato 11 dicembre 2021**

- 09.00/11.00            Esercitazioni pratiche
- 11.00/13.00            Esami Finali



## Relatori e Docenti :

<b>Dott. Avallone Giuseppe</b>	<b>Fisiologia e Anatomia</b>
<b>Dott. Rossi Remo</b>	<b>Fisiologia e Anatomia</b>
<b>Dr. Massimiliano Carangio</b>	<b>Direttore del Corso</b>
<b>Sig. Pasquale Ruggiero</b>	<b>Metodologia Allenamento</b>
<b>D.ssa Sonia Negri</b>	<b>Alimentazione e Nutrizione</b>
<b>Dr. Massimiliano Carangio</b>	<b>Biomeccanica e Metodologia</b>
<b>Dr. Rosario D'Angelo</b>	<b>Marketing e Management</b>
<b>Sig. Pellino Enrico</b>	<b>Presidente Regionale CSI</b>
<b>Sig. Di Caprio Luigi</b>	<b>Direttore Area Formazione CSI</b>
<b>Sig. De Santis Luciano</b>	<b>Direttore Area Tecnica CSI</b>

**IT47K0538776173000001326213** . Gli iscritti dovranno consegnare presso la segreteria del corso la ricevuta del pagamento. Il saldo dovrà essere versato entro la data dell'esame finale, i partecipanti non in regola non saranno ammessi.

Al termine dei corsi, sarà rilasciato attestato di " Istruttore di 1° livello " con l'inserimento negli Albi nazionali del CSI , e diritto a crediti formativi riconosciuti dal MIUR.

La quota di partecipazione comprende : partecipazione e frequenza del corso, tesseramento , maglietta, diploma finale e tirocinio pratico.

il Direttore Area Formazione

Luigi Di Caprio

il Direttore Area Tecnica

Luciano De Santis