

## **CORSO ISTRUTTORE SPECIALISTICO ADULTI E TERZA ETÀ Ostia, 27-28 maggio 2023**

Le società dei paesi occidentali sono caratterizzate progressivo invecchiamento della popolazione. Adulti e anziani rappresenteranno sempre più un bacino di utenza strategico per un centro natatorio, a condizione di proporre un'offerta adeguata alle necessità e alle caratteristiche di questa tipologia di clientela. Il corso tratta la maturazione e l'invecchiamento dal punto di vista fisiologico, psicologico, tecnico, didattico, organizzativo, per consentire all'istruttore di operare con competenza ed efficacia fornendo un servizio sempre più adeguato e soddisfacente.

Possano accedere al corso i Tecnici in possesso della qualifica minima di Istruttore.

Direzione: Roberto Del Bianco

Organizzazione e conduzione: Federico Gross

### **Sabato 27 maggio**

- |             |   |
|-------------|---|
| 08.30-09.00 | Accredito e consegna del materiale                                    |
| 09.00-09.45 | Sport e società: cambiamenti e opportunità<br><b>Federico Gross</b>   |
| 09.45-10.30 | I benefici dell'attività in acqua<br><b>Andrea Brossa</b>             |
| 10.30-11.00 | Intervallo  |
| 11.00-11.45 | Esercizio fisico e benessere psicologico<br><b>Paola Contardi</b>     |
| 11.45-12.30 | Alimentazione, movimento e salute<br><b>Andrea Brossa</b>             |
| 12.30-13.00 | Chiarimenti e interventi  |
| 15.00-15.45 | Comunicare e fidelizzare<br><b>Paola Contardi</b>                     |
| 15.45-16.30 | L'organizzazione del centro natatorio<br><b>Antonella Beghetto</b>    |
| 16.30-17.15 | Il fitness in acqua<br><b>Mirco Salvetti</b>                          |
| 17.15-17.45 | Intervallo  |
| 17.45-18.30 | Il nuoto master<br><b>Mirco Salvetti</b>                              |
| 18.30-19.15 | Riabilitazione e rieducazione motoria in acqua<br><b>Luca Pellini</b> |
| 19.15-19.45 | Chiarimenti e interventi  |

### **Domenica 28 maggio**

- |             |   |
|-------------|---|
| 09.00-09.45 | Sport, movimento e invecchiamento attivo: il modello Trieste<br><b>Franco Del Campo</b> |
| 09.45-10.30 | Per una lunga vita attiva: il progetto Slow Swimming<br><b>Ariella Cuk</b>              |
| 10.30-11.00 | Intervallo  |
| 11.00-11.45 | Esperienze<br><b>Malco Massoni</b>  |
| 11.45-12.30 | Esperienze<br><b>Antonella Beghetto</b>   |
| 12.30-13.00 | Chiarimenti e interventi  |
| 13.00-13.30 | Chiusura lavori e consegna attestati  |

Antonella Beghetto	Coordinatrice SIT Veneto
Andrea Brossa	Ricercatore farmaceutico –Nutrizionista
Paola Contardi	Psicologa e Psicoterapeuta
Ariella Cuk	Responsabile Progetto Slow Swimming
Franco Del Campo	Direttore Centro Federale di Trieste
Federico Gross	Collaboratore SIT
Malco Massoni	Allenatore di Nuoto
Luca Pellini	Dottore in Scienze Motorie
Mirco Salvetti	Collaboratore SIT

**Sede del corso:**

Centro Federale di Ostia – Via delle Quinqueremi 100.

**QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

- tesserati FIN € 160,00
- riduzione Docenti Regionali SNAQ € 80,00

Le iscrizioni si effettuano attraverso il portale amministrativo <http://portale.federnuoto.it>

L'iscrizione e il pagamento della relativa quota di partecipazione dovrà essere effettuata **entro il 21 maggio p.v.**; il mancato riscontro amministrativo comporterà la cancellazione dall'elenco di partecipazione. Le iscrizioni potrebbero chiudersi anticipatamente nel caso in cui si raggiunga il numero massimo di partecipanti (max 40).

**La partecipazione al corso è valevole ai fini dell'aggiornamento curriculare per il titolo di Istruttore.**

Segreteria organizzativa: Paola Cardarelli  
 Consuelo Piloca  
 Patrizia Vasta