



CORSI DI FORMAZIONE PER NUOVI INSEGNATI DI POLE DANCE!!!

Corso Regionale CSEN per il conseguimento delle qualifiche di Allenatore, Istruttore e Maestro per i settori interessati.

Il corso prevede una parte comune ed una parte tecnica specifica di settore.

PROGRAMMA del corso:

PSICOLOGIA

- Lo sviluppo psicologico e mentale
- Allenare e rapportarsi con i giovani atleti secondo il metodo più adeguato alle loro fasi di sviluppo
- Allenare l'adulto, agonista e non agonista

FISIOLOGIA

- Cenni di anatomia e fisiologia dell'apparato muscolo scheletrico
- Cenni di funzionamento sistema nervoso in relazione al gesto atletico
- Analisi delle forme di sollecitazione motoria
- Modalità di programmazione pianificazione carichi di lavoro
- Teoria dell'allenamento sportivo

PRIMO SOCCORSO

- Intervento di primo soccorso e massaggio cardiaco.

FISCALE

- Fiscalità e Normative

I partecipanti al corso devono essere in regola con l'iscrizione CSEN 2011.

Deve essere fornita fotocopia dell'attuale Diploma in possesso.

Le iscrizioni devono essere fatte on-line nella sessione "CORSI di FORMAZIONE" sul sito CSEN Regionale www.csenfriuli.it inserendo i propri dati e la specialità.

Pole Dance.

Programma formativo

Il corso, Si compone di 2 parti, parte tecnica base e pratica di base.

Dopo il superamento dell'esame teorico e di quello pratico, verrà conseguito sia :

- Diploma " ISTRUTTORE POLE DANCE BASE " .
- Diploma " TECNICO SPECIFICO" .



Percorso formativo per il conseguimento del Diploma Nazionale di:

“POLE DANCE ISNTRUCTOR BASE”

Il corso ha l'obiettivo di formare il professionista Istruttore alla pole dance.
Il corso di formazione professionale prevede 4 incontri della durata di 5 ore per un totale complessivo di 20 ore suddivise secondo le seguenti modalità.
2 settimane, orari;

Sabato e domenica.

dalle ore 09.00 alle ore 14.00

Corso formativo per un massimo di 10 persone.

Svilupo pratico :

La storia della pole dance ai tempi di oggi la nuova pole Gim .

Riscaldamento / streech , guida di una class, tecnica e movimenti, Tecnica dei movimenti e passi per corso base e principianti, posizioni e acrobazie.

Musica e movimento, coreografia.

Presentarsi al corso con.

- CERTIFICATO MEDICO ATTESTANTE LA PROPRIA EFFICIENZA FISICA

-pantaloni corti, pantaloni lungui, calzeti, top, canottiera, magnesio e alchool etilico.

1°GIORNO

0.900 Benvenuto e introduzione al Pole Fitness

0.930 Warm Up

10.00 movimenti facili Fitness e di orientamento Pole

11.00 (pausa)

11.30 tecnica punti pole. Salti i giri .

1300 coreografia

14.00 strech fine classe



Centro Sportivo Educativo Nazionale

Professionisti nella promozione sportiva

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.



2 ° GIORNO

0.900 Pole Fitness riscaldamento e raffreddamento teoria

09.30 Controllo di sicurezza e manutenzione Pole

10.00 guida di una class di pole dance.

10.30 (pausa)

11.00 Warm Up

11.30 tecnica pole con base musicale.

13.00 laboratorio

14.00 stretch fine classe

3 ° GIORNO

09.00 Warming

09.30 Fitness Routine Pole (tecnica)

11.00 (pausa)

11.30 Pole Fitness Saper Insegnare

12.00 laboratorio

14.00 stretch fine classe

4° GIORNO

09.00 warming

9.30 coreografia

11.00 (pausa)

11.15 VALUTAZIONE

14.00 fine corso (punteggi)

COSTO del CORSO 2011 in via di definizione.



DOCENTE:

Anna Roca Vilella.

Ballerina e coreografa Broadway dance center New York, Usa., tecnico di pole dance .
Presidente e Insegnante de la Scuola Pole dance Rocadance ASD Dal CSEn Dall C.O.N.I.

Certificazioni internazionali nel settore funzionale:

Aerobic Instructor certificate Orthos School 2000

Diploma Instructor Hip Hop & Funk, Orthos School 2001 Hip Hop Dancer certificate,
Orthos School 2001 International Dance Instructor Certificate, Madonna Grimes.

2007 Just 2 Dance certificate, Madonna grimes.

2007 BROADWAY DANCE CENTER New York (USA) Dance Formation AT NY 2008, JAZZ y LIRICAL (Sheila Barker, Ginger Cox, Tracie Stanfield , Calen Curak) Jazz Funk & Funk , MURAKAMY, Q, CHIO.
Formazioni e corsi con i migliori professionisti internazionali.

Ballerina e coreografa di pole dance, Los Angeles 2001, Oslo 2004 , Copenhagen2005, italia2003/2011,
Barcelona esibizioni di pole dance festival Barcelona 2001,2002,2003,2004,2006.

Insegnante e coreografa di pole dance nell primo studio dedicato alla pole Dance a Udine . Italia.
2009.2010.2011.

TITOLO RILASCIATO AL SUPERAMENTO DEGLI ESAMI:

- DIPLOMA NAZIONALE DI “ ISTRUTTORE POLE DANCE BASE ”, C.S.E.N.

Ente di promozione sportiva riconosciuto dal C.O.N.I. (art. 31 DPR 2/8/1974 n° 530)
ed Ente Nazionale con finalità assistenziali riconosciuto dal Ministero
dell'Interno (D.M. 559/C. 3206 (101) del 29 febbraio 1992).

- TESSERINO TECNICO NAZIONALE C.S.E.N.

Ente di promozione sportiva riconosciuto dal C.O.N.I. (art. 31 DPR 2/8/1974 n° 530) ed Ente Nazionale con
finalità assistenziali riconosciuto dal Ministero dell'Interno (D.M. 559/C. 3206
(101) del 29 febbraio 1992).



QUOTA D' ISCRIZIONE:

comprehensive di :

ISCRIZIONE

ACCESSO ALLE LEZIONI TEORICO-PRATICHE

TASSA D'ESAME

TESSERINO TECNICO NAZIONALE C.S.E.N.

DIPLOMA NAZIONALE DI "POLE DANCE ISNTRUCTOR BASE ", C.S.E.N.

MODALITA' D' ISCRIZIONE:

1. Essere in regola con il tesseramento annuale C.S.E.N.

2. Inserire la richiesta sul sito www.csenfriuli.it nell'apposito link "CORSI di FORMAZIONE"

3. Effettuare il versamento della quota, entro 15 giorni dalla data di inizio del corso, a mezzo BONIFICO :

IT 86 J0572 812 300 700 570 674 144 , intestato a ROCADANCE ASD , specificando nella causale Corso POLE DANCE INSTRUCTOR BASE.

4. Inviare via mail la ricevuta del versamento a. rocadance.asd@hotmail.com

In caso di ritiro dopo il termine ultimo di iscrizione al corso, la quota sarà restituita al netto del 20% a titolo di penale.

In caso di ritiro a corso già iniziato, la quota sarà trattenuta dall'Ente, ma sarà possibile terminare gratuitamente il corso nella sessione successiva.

PER INFORMAZIONE:

ANNA ROCA VILELLA .

INFO TEL 335.17.17.309

MAIL : rocadance.asd@hotmail.com