

n. 37 – del 05/11/2018

## **Programma Corso SIRI CORSA PRIMO LIVELLO Montesilvano 8-11 novembre 2018**

Di seguito si riporta il programma del corso di Montesilvano in programma dall'8 all'11 novembre p.v.

**Accredito ore 13.45**

### **PROGRAMMA CORSO**

<b>Giovedì 08 novembre</b>		
14:00 – 16:00	La Scuola di Pattinaggio	<i>Farris</i>
16:00 – 18:00	L'avviamento al Pattinaggio	<i>Sabatini</i>
18:00 – 20:00	La Tecnica - Teoria	<i>Cicconi</i>
<b>Venerdì 09 novembre</b>		
09:00 – 11:00	La Tecnica - Pratica	<i>Cicconi</i>
11:00 - 13:00	La Tecnica - Pratica	<i>Cicconi</i>
13:00 – 14:00	PAUSA	
14:00 – 16:00	Metodologia dell'allenamento 1	<i>Perinti</i>
16:00 – 18:00	Metodologia dell'allenamento 1	<i>Perinti</i>
18:00 – 20:00	La Preparazione Fisica 1	<i>Lollobrigida</i>
<b>Sabato 10 novembre</b>		
09:00 – 11:00	L'avviamento al Pattinaggio - pratica	<i>Sabatini</i>
11:00 - 13:00	La Preparazione Fisica 1 - pratica	<i>Lollobrigida</i>
13:00 – 14:00	PAUSA	
14:00 – 18:00	Biomeccanica	<i>Giorgi</i>
<b>Domenica 11 novembre</b>		
09:00 – 12:00		<i>Esami</i>

  
Il Segretario Generale  
Angelo Iezzi