

Sabato 23 Gennaio 2027 ore 14.00
PROVA AMMISSIONE
 Crescentino presso piscina In Sport via Teodoro Peruzia, 10

TEORIA TUTTA SU PIATTAFORMA FAD FEDERNUOTO **Tot 51 ORE**

Approfondimenti facoltativi e preparatori alla lezione pratica via zoom TOT. ore 3

CULTURA DELL'ACQUA					Lezioni via zoom
Venerdi	12-feb	18:00	19:00	L'uomo e l'acqua Figura e ruolo dell'istruttore Introduzione alla pratica in acqua	
APPROFONDIMENTO LA SCUOLA DI ABILITA' ACQUATICHE					
Venerdi	20-feb	18:00	19:00	Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari Introduzione alla pratica in acqua	
Venerdi	05-mar	18:00	19:00	La Scuola Nuoto multidisciplinare Introduzione alla pratica a secco e in acqua	

CALENDARIO PRATICHE IN ACQUA CORSO ISTRUTTORE IN SPORT presso piscina Biella in presenza

CATEGORIA: Partecipanti in acqua corso istruttori in acqua presso piscina bene in presenza					Monte ore
Domenica	14-feb	09.00	11:00 Ambientamento e acquaticità	2	
		11:00	13:00 Galleggiamenti, spostamenti, posture e propulsione	2	
		14:00	16:00 La locomozione in acqua e i 4 stili canonici	2	
Domenica	21-feb	09.00	11:00 Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	2	
		11:00	13:00 Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	2	
		14:00	16:00 Nuoto per salvamento in corsia	2	
Domenica	28-feb	09.00	11:00 Ginnastica educativa e prenatatoria (a secco)	2	
		11:00	13:00 Nuoto artistico in corsia	2	
		14:00	16:00 Cenni di fitness in acqua	2	
		16:00	18:00 Pallanuoto in corsia	2	
				20	

ATTIVITA' SUL CAMPO - TIROCINIO **Monte ore TOT. 50**

ESAME **Sabato** **20-mar** **dalle 9 presso piscina In Sport Pavia**

Per informazioni e adesioni scrivere a: b.romagnolo@insportsrl.it