



**Corso di Aggiornamento per Tecnici FIDS**  
**Format 2018**  
**BENTIVOGLIO (BO), 26-27-28 APRILE**  
**Zanhotel & Meeting Centergross, Via Saliceto 8**

<b>Venerdì 26 aprile</b>		
8.30	Accredito dei partecipanti	FIDS
9.00	Presentazione del Corso e saluti	Docente Fids
9.30-12.30	<i>Ordinamento Sportivo Nazionale. I principi e gli indirizzi del Coni. Etica dello Sport. Carte Federali</i>	Docente Fids
12.30-14.00	PAUSA PRANZO	
14.00-15.00	La Promozione sportiva	Docente SRdS
15.00-19.00	<i>Metodologia dell'allenamento</i>	Docente SRdS
<b>Sabato 27 aprile</b>		
9.00-10.30	<i>Informativa generale sull'alimentazione</i>	Docente Fids
10.30-13.30	<i>Informativa generale sulla corretta respirazione. Esercitazioni pratiche di corretta respirazione</i>	Docente Fids
13.30-15.00	PAUSA PRANZO	
15.00-15:45	<i>Piano Formativo dei Tecnici Federali</i>	Docente Fids
15.45-19.00	<i>Informativa generale sulla preparazione fisica. Esercitazioni pratiche di preparazione fisica</i>	Docente Fids
<b>Domenica 28 aprile</b>		
9.00-11.00	<i>Medicina Sportiva. Certificazioni Mediche. Cenni lotta al Doping</i>	Docente SRdS
11.00-13.00	<i>Metodologia dell'Insegnamento</i>	Docente SRdS
13.00-14.00	PAUSA PRANZO	
14.00-18.00	<i>Metodologia dell'Insegnamento</i>	Docente SRdS
	<i>Conclusione del corso e consegna attestati di partecipazione</i>	