



CORSO DI SPECIALIZZAZIONE
"Programmazione dell'allenamento"

REGOLAMENTO
anno sportivo 2017

1) Organizzazione

L'organizzazione del Corso è affidata alla FIPE. Il Corso è a numero chiuso.

Il Corso si propone di dare uno sguardo alla evoluzione della programmazione dell'allenamento. Verranno proposte le varie linee guida nella periodizzazione e programmazione. Si analizzeranno le differenze tra la programmazione per uno sportivo e per il cliente di un P.T.

La parte pratica prevede la realizzazione di programmazioni di allenamento a seconda delle tipologie di sport come da classificazione di Dal Monte.

2) Durata

Il Corso ha la durata di **8** ore.

3) Partecipazione

Il Corso è rivolto sia ai tesserati FIPE (*Tecnici e/o Atleti agonisti e non agonisti, in regola con il tesseramento per l'anno in corso*) che ai non tesserati FIPE.

E' necessario essere in possesso di una copia del Certificato Medico di sana e robusta costituzione in corso di validità.

4) Quota di partecipazione

Le quote di partecipazione sono le seguenti:

- **€ 145,00**, per i tesserati FIPE;
- **€ 195,00**, per i non tesserati FIPE.

Gli interessati al Corso possono usufruire delle eventuali agevolazioni maturate con la FIPE (promozioni speciali o partecipazione - con esito positivo - ai tre test di aggiornamento pubblicati sulla Rivista Federale o promozioni "Rimini Wellness", etc. **Le agevolazioni non sono cumulabili**).

5) Iscrizioni

Il pagamento della quota d'iscrizione si potrà effettuare o tramite versamento sul c/c postale n. **65794034** (intestato a: Federazione Italiana Pesistica - Viale Tiziano 70 - 00196 Roma - **causale: "Corso Specializz. Nazionale 2017 Programmazione dell'allenamento"**) oppure tramite bonifico bancario con utilizzo del **Codice IBAN: IT83Y0100503309000000010130** della BNL (stessa intestazione e causale del bollettino e nominativo dell'interessato).

Non potranno essere accolte iscrizioni di coloro che non hanno provveduto a tale obbligo.

N.B.

1. La quota d'iscrizione comprende anche la copertura assicurativa contro gli infortuni.
2. Nell'eventualità in cui il Corso venga annullato o non si svolga per cause riconducibili alla Federazione, si ha diritto al rimborso integrale della quota versata (dietro presentazione di richiesta scritta).
Nel caso in cui si rinunci a partecipare per motivi strettamente personali, la Federazione provvederà a rimborsare il 50% della quota d'iscrizione, dietro presentazione di richiesta scritta (alla quale deve essere allegata copia della ricevuta di pagamento), che deve pervenire alla Segreteria FIPE (Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma) almeno 5 giorni prima dall'inizio del Corso.
La richiesta può essere inoltrata anche via fax (06-87973032) o via e-mail (rauccio.corsi@federpesistica.it).

6) Attestato di partecipazione

Ai partecipanti viene rilasciato un attestato di partecipazione.

7) "Benefit"

Per i Tecnici FIPE, la frequentazione del Corso costituisce titolo per l'aggiornamento annuale obbligatorio (*previsto per il mantenimento della qualifica*) e può sostituire il test di aggiornamento (*che si effettua con la Rivista Federale "Strength & Conditioning"*); i Tecnici FIPE comunque interessati a partecipare ai test di aggiornamento potranno continuare a farlo a titolo volontario.