

## CLUB ATLETICO BOLOGNA - VIA DI CORTICELLA, 147/A BOLOGNA

		domenica 13/09/15	sabato 19/09/15	domenica 20/09/15	sabato 26/09/15	domenica 27/09/15	sabato 10/10/15	domenica 11/10/15	sabato 31/10/15
MATTINA	orario								
	09.00/10.00		<b>Elementi Fisiologia</b> Dott.ssa Irene Toma	<b>Basi della Biomeccanica</b> Ing. Tirelli	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Davide Salami	<b>Flessibilità e mobilità</b> Prof. Canali	
	10.00/11.00	<b>Ordinamento Sportivo</b> Docente Paolo Gallarotti	<b>Elementi Fisiologia</b> Dott.ssa Irene Toma	<b>Basi della Biomeccanica</b> Ing. Tirelli	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Davide Salami	<b>Flessibilità e mobilità</b> Prof. Canali	
	11.00/12.00	<b>Ordinamento Sportivo</b> Docente Paolo Gallarotti	<b>La Sindrome Metabolica</b> Dott.ssa Irene Toma	<b>Programmazione e stesura del programma</b> Ing. Tirelli	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Davide Salami	<b>Valutazione funzionale di Base</b> Prof. Piccinelli	
	12.00/13.00	<b>Adattamento con sovraccarichi per i disabili</b> Prof. Comini	<b>La Sindrome Metabolica</b> Dott.ssa Irene Toma	<b>Programmazione e stesura del programma</b> Ing. Tirelli	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Davide Salami	<b>Valutazione funzionale di Base</b> Prof. Piccinelli	
	14.00/15.00	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Mirko Scalia	<b>Adattamento con sovraccarichi</b> Prof. Contarino	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Elementi di nutrizione</b> Dott. Pasqualoni	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b> Prof. Bertellotti	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	
POMERIGGIO	15.00/16.00	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Mirko Scalia	<b>Adattamento con sovraccarichi</b> Prof. Contarino	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Elementi di nutrizione</b> Dott. Pasqualoni	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b> Prof. Bertellotti	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	
	16.00/17.00	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Mirko Scalia	<b>Adattamento con sovraccarichi</b> Prof. Contarino	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami	<b>Elementi di nutrizione</b> Dott. Pasqualoni	<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b> Prof. Bertellotti		
	17.00/18.00	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Mirko Scalia	<b>Adattamento con sovraccarichi</b> Prof. Contarino	<b>Gli esercizi della pesistica</b> Bombaci - Salami		<b>Gli esercizi della Sala Pesì</b> Prof. Corrente	<b>Basi dell'allenamento aerobico e alcune metodiche di allenamento</b> Prof. Bertellotti		

ESAME