



## CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.  
D.Lgs. n. 24 del 23-7-1999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)  
ENTE NAZIONALE CON FINALITA' ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL'INTERNO  
(D.M. 559/C. 3206.12000.A (101) Del 29 febbraio 92)  
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE - iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. E Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)  
COMITATO REGIONALE FVG

# Corso CSEN per il conseguimento del DIPLOMA TECNICO NAZIONALE Tutti i settori Parte teorica

- ANATOMIA e FISIOLOGIA, FUNZIONAMENTO del SISTEMA NERVOSO: docente Giovanni Saccavino (sede via Valdagno, 35 - Udine)
  - o **Sabato 27 Aprile 2019 - 09:00-13:00 + esame**
- PSICOLOGIA e SVILUPPO MENTALE: docente Marianna Pertoldi (sede via Valdagno, 35 - Udine)
  - o **Sabato 04 Maggio 2019 - 09:00-13:00 + 14:00-18:00 + esame**



E' un corso che tratta in modo specifico le tematiche inerenti l'allenamento nei vari settori, ed è rivolto ai praticanti che desiderano diventare Allenatori, Istruttori o Maestri nelle varie discipline praticate. Analizzerà in modo approfondito la meccanica muscolare e le tecniche di allenamento finalizzate all'accrescimento sportivo/culturale del tecnico.

E' rivolto ai praticanti di Arti Marziali, Fitness, Ginnastica, Motociclismo, Fuoristrada, Danza, Sport di mare, ed altre specialità sportive.

VIA VALDAGNO, 35 – 33100 UDINE - Tel. +39 0432 624844- fax 0432 611478

[www.censfriuli.it](http://www.censfriuli.it) - [censfriuli@tiscali.it](mailto:censfriuli@tiscali.it)

P. Iva 0238467309



## CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.  
D.Lgs. n. 24 del 23-7-1999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)  
ENTE NAZIONALE CON FINALITA' ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL'INTERNO  
(D.M. 559/C. 3206.12000.A (101) Del 29 febbraio 92)  
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE - iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. E Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)  
COMITATO REGIONALE FVG

Struttura del corso:

il corso è articolato secondo il calendario proposto di volta in volta. Saranno trattati in maniera approfondita sia argomenti teorici che pratici:

- PSICOLOGIA e SVILUPPO MENTALE
  - o Lo sviluppo Psicologico e mentale
  - o Allenare e rapportarsi con i giovani atleti secondo il metodo più adeguato alle loro fasi di sviluppo
  - o Allenare l'Adulto, agonista e non agonista
  
- ANATOMIA e FISILOGIA, FUNZIONAMENTO del SISTEMA NERVOSO
  - o Cenni di Anatomia e fisiologia dell'apparato muscolo scheletrico
  - o Cenni di funzionamento sistema nervoso in relazione al gesto atletico
  - o Analisi delle forme di Sollecitazione motoria
  - o Modalità di programmazione pianificazione carichi di lavoro
  - o Prevenzione infortuni
  - o Teoria dell'allenamento sportivo

- Il calendario della parte tecnica di ogni specialità sarà concordata con i Formatori di settore. Alla fine del corso si svolgeranno gli esami di idoneità. Sanno rilasciati un diploma di qualifica ed un tesserino tecnico a validità nazionale.

Il corso è tenuto da specialisti del settore ed è rivolto ai praticanti che vogliono accrescere la loro professionalità ed acquisire una qualifica nazionale del settore.

Le pre-iscrizioni devono essere inserite sul sito internet [www.csenfriuli.it](http://www.csenfriuli.it) nella sessione "FORMAZIONE Corsi e Iscrizioni > Richiesta di INFORMAZIONI sul CORSO TECNICO" inserendo i propri dati nell'apposito form.

La segreteria CSEN provvederà ad inviare tramite e-mail la documentazione per il perfezionamento dell'iscrizione.

La parte teorica del corso si terrà presso la sala riunioni del Comitato Regionale CSEN FVG di via Valdagno, 35 ad Udine.

Le parti pratiche si svolgeranno con un calendario da condividere con i Responsabili di Settore. Il corso dovrà essere svolto interamente, **non sono previste assenze**

Il costo del corso, comprensivo del diploma di qualifica e del tesserino, è di 350 euro.

E' previsto un acconto di 100,00 euro entro il 15/04/2019 ed il saldo entro il 23/04/2019. Il versamento deve essere fatto su Conto Corrente Postale 42239855 oppure Bonifico su IBAN IT6200306912311100000002917 intestato a "CSEN Friuli Venezia Giulia", Causale "Cognome Nome, corso tecnico CSEN 2019". Copia del versamento deve essere inviata all'indirizzo mail [csenvfg@alice.it](mailto:csenvfg@alice.it).

Per ulteriori informazioni [csenvfg@alice.it](mailto:csenvfg@alice.it) oppure Comitato Regionale CSEN FVG 0432 624844.