



CORSO ISTRUTTORI 1° LIVELLO PATTINAGGIO DI FIGURA

PARTE PRATICA

11-12 NOVEMBRE 2023

PRESSO IL PALAGHIACCIO ICE EMOTION

Per effettuare l'iscrizione o ricevere maggiori
informazioni

invia un a mail a:

cpvarese@libertasnazionale.it

QUOTA DI
PARTECIPAZIONE:
300,00€

Centro Provinciale Libertas di Varese APS

Via Bonacalza, 158 - 21040 Oggiona con Santo Stefano (VA)
www.cplibertasvarese.it - cpvarese@libertasnazionale.it





CORSO

ISTRUTTORI 1° LIVELLO

PATTINAGGIO DI FIGURA

PARTE PRATICA

PRESSO IL PALAGHIACCIO ICE EMOTION

PROGRAMMA DEL CORSO

WEBINAR INTRODUTTIVO 7 NOVEMBRE 2023
20:00-22:00

SABATO 11 NOVEMBRE

8:30 Accredito dei partecipanti

9:00-10:00 Gestione della lezione di prova

10:00-11:00 Problemi con le attrezzature e le fisicità dei corsisti

11:00-11:15 Coffee Break

11:15-13:15 Esercizi per lo sviluppo dell'avviamento

13:15-14:15 Pausa Pranzo

14:15-16:15 Esercizi per lo sviluppo del perfezionamento

DOMENICA 12 NOVEMBRE

9:00-11:00 Esercizi per sviluppare la pattinata

11:00-11:15 Coffe Break

11:15-13:15 Esercizi per sviluppare le trottole

13:15-14:30 Pausa Pranzo

14:30-16:30 Esercizi propedeutici ai salti semplici e doppi





CORSO
ISTRUTTORI 1° LIVELLO
PATTINAGGIO DI FIGURA
PARTE GENERALE
ONLINE

23 OTTOBRE 2023 ore 18:30
1° WEBINAR INTRODUTTIVO

31 OTTOBRE ore 18:30
2° WEBINAR Tutoring

14 NOVEMBRE ore 18:30
3° WEBINAR CONCLUSIVO

ESAMI AREA GENERALE:

21 NOVEMBRE 2023,
4 DICEMBRE 2023,
11 DICEMBRE 2023

