

Formazione continua in acqua non profonda camminaresicuri.ch

Data del corso: Domenica, 19 giugno 2022

Luogo: Centro Somen
Via Chicherio 2
6514 Sementina

Orario: ore 09:15-16:15

PARTICOLARITÀ

Corso in acqua bassa

OBIETTIVI DEL CORSO

Si conosceranno gli aspetti scientifici di come allenare l'equilibrio statico e dinamico, la forza e le capacità cognitive e coordinative.

I partecipanti saranno in grado di svolgere una valutazione(test) del rischio di cadute e implementare gradualmente i criteri del marchio camminaresicuri.ch. nei propri corsi.

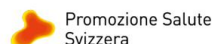
PROGRAMMA (ci riserviamo delle modifiche)

	GRUPPO 1		GRUPPO 2
09:15-09:30	INTRODUZIONE		
09:30-10:45	TEORIA		PRATICA
10:45-11:00	PAUSA CAFFÈ/SPOSTAMENTO		
11:00-12:15	PRATICA		TEORIA
12:15-13:15	PAUSA PRANZO		
13:15-14:30	TEORIA		PRATICA
14:30-14:45	PAUSA CAFFÈ/SPOSTAMENTO		
14:45-16:00	PRATICA		TEORIA
16:00-16:15	CHIUSURA DEL CORSO		

Partner tecnici:



Partner principali:



ISCRIZIONI

Entro e non oltre il 30 maggio 2022 direttamente tramite email kordula.dattrino@bluewin.ch

Indicando: NOME COGNOME – LUOGO di DOMICILIO - NUMERO DI CELLULARE e SOCIETÀ PER CUI SI LAVORA.

Visto il numero di posti limitati, le iscrizioni saranno prese in considerazione secondo l'ordine d'arrivo.

CONTENUTO

- Teoria e pratica.
- Strumenti ausiliari per l'attuazione di camminaresicuri.ch nei corsi con adulti.
- Criteri per l'utilizzo del marchio camminaresicuri.ch nei propri corsi.

RESPONSABILI DEL CORSO

Kordula Dattrino, 6518 Gorduno
Damiana Canonica, 6702 Claro

COSTI

Il corso è gratuito per tutti i partecipanti delle organizzazioni "partner" inerente la campagna "camminaresicuri". Per gli altri partecipanti il costo è di CHF 150.00 - L'importo dovrà essere versato in contanti il giorno del corso.

Le spese di viaggio e vitto sono a carico dei partecipanti.

PRANZO

Individuale (da portare), non c'è possibilità di pranzare altrove.

DA PORTARE

- Necessario per prendere appunti.
- 2 Costumi da bagno, ciabatte e telo da bagno.
- Bevande, spuntini, pranzo.

ASSICURAZIONE

Tutte le assicurazioni (malattia, infortunio e altro) sono a carico dei partecipanti.

TRASFERTA

Bus numero 311 dalla stazione di Bellinzona in direzione Locarno. Scendere alla fermata Centro Somen a Sementina.

Per chi arriva in macchina ci sono dei posteggi disponibili. Annunciarsi in tal caso.

In attesa di potervi dare il benvenuto, vi mandiamo sportivi saluti
Il team del corso

Partner tecnici:



Partner principali:

