

Allenatori e Personal Trainer FIPE: la formazione continua

Futuri Allenatori FIPE e Docenti CONI si sono incontrati a Milano per il terzo weekend di lezioni, tra attività pratiche ed insegnamenti teorici hanno usufruito dell'ospitalità delle strutture del CUS Milano e del CONI Lombardia al fine di avere l'adeguata cornice ai propri insegnamenti.

I partecipanti hanno trascorso l'intero giorno di sabato ad apprendere ed affinare la pratica della Pesistica, il Professor Brunello ed alcuni suoi assistenti si sono occupati di migliorare la tecnica dell'esecuzione degli esercizi di Strappo e Slancio; nonostante la fatica per l'esercizio fisico e la concentrazione necessaria alla precisione dei movimenti, i corsisti si sono dimostrati determinati ed attenti sotto la professionale guida degli istruttori.

La domenica seguente gli studenti hanno potuto assistere ad una serie di lezioni ricche di varietà nei contenuti, Sabrina Greco (Presidente FIPE Lombardia – nella foto con il Cons.Fed.Gianni Podda) si è occupata dell'ordinamento sportivo e delle carte federali della pesistica, mentre il Professor Maiorano ha ampliato le lezioni precedentemente sostenute a livello pratico ampliandole con ricerche teoriche, in fine Valentino Statella (atleta paralimpico) ha potuto offrire un'altra opportunità ai corsisti per confrontarsi con problematiche metodiche di allenamento con sovraccarichi nei disabili. Ancora una volta la pazienza e la passione dei professori è stata ricompensata dalla serietà della classe che ha mostrato vivo interesse per ogni argomento trattato.

