

## ***CORSO ALLENATORI FIPE 2015: ULTIMA LEZIONE***

Per questa prima parte dell'anno il Corso Allenatori Fipe si conclude con l'ultima lezione all'Aula Magna del CONI Lombardia, per tutti coloro che non sono riusciti a partecipare al primo turno del corso, a settembre sarà possibile iscriversi nuovamente per conseguire la qualifica di Allenatori e personal Trainer.

Gli studenti hanno sfruttato questa ultima opportunità per chiarire eventuali dubbi, consegnare le ultime tesine compilate ed assistere agli ultimi insegnamenti per integrare le conoscenze fino ad ora acquisite. La prima parte della giornata è stata dedicata alla valutazione funzionale di base ed alla flessibilità e mobilità articolare, Luca Correale e Sara Ottobrini, collaboratori del Prof. Luca Marin (Docente FIPE), hanno affrontato la materia dal punto di vista teorico fornendo anche spunti pratici per permettere ai corsisti di utilizzare le nozioni apprese in un contesto pratico.

Durante la seconda parte della giornata, dopo la pausa pranzo, il Prof. Marcello Iacuone (Docente CONI), ha svolto una lezione riguardante la sindrome metabolica ed in seguito ha fornito interessanti elementi per quanto riguarda la nutrizione, ha spaziato da una corretta alimentazione in ambito sportivo e generale ad una più precisa analisi sulle componenti dei cibi e la loro influenza sull'organismo; in fine ha presentato la problematica del doping ed i diversi aspetti ad essa correlati.

La data dell'esame è ormai prossima, i corsisti si stanno già preparando al meglio per superare quest'ultima prova, e visto l'interesse e la serietà dimostrati dalla classe i professori non possono che ben sperare in un alto numero di promozioni. In tutte queste settimane i docenti e gli studenti hanno collaborato al meglio per arrivare all'eccellenza permettendo al Corso di raggiungere gli obiettivi preposti senza mai far mancare

*l'entusiasmo, la passione e l'interesse, in conclusione si può affermare che anche quest'anno l'evento è stato un vero e proprio successo!*



in foto Luca Correale, assistente del Prof. Luca Marin (Docente FIPE)