

Corso Nazionale Preparatore Fisico

Milano, 6-7-8 dicembre 2015 (1^ parte)

Milano, 2-3-4-5 gennaio 2016 (2^ parte)

Programma

6 dicembre 2015

10.00 – 11.00	Accreditamento corsisti
11.00 – 12.30	Lezione in aula
15.30 – 17.00	Lezione in aula
17.30 – 19.00	Attività in palestra

7 dicembre 2015

10.00 – 11.30	15.30 – 17.00	Lezione in aula
12.00 – 13.30	17.30 – 19.00	Attività in palestra

8 dicembre 2015

10.00 – 11.30	14.00 – 15.00	Lezione in aula
12.00 – 13.00	15.30 – 16.30	Attività in palestra

2 gennaio 2016

11.00 – 12.30	Lezione in aula
15.30 – 17.00	Lezione in aula
17.30 – 19.00	Attività in palestra

3/4 gennaio 2016

10.00 – 11.30	15.30 – 17.00	Lezione in aula
12.00 – 13.30	17.30 – 19.00	Attività in palestra

5 gennaio 2016

10.00 – 13.00	Lezione in aula
14.00 – 15.30	Conclusioni