



CORSO ISTRUTTORE DI ROPE SKIPPING 3° LIVELLO

22-23 GIUGNO 2024

Modalità di partecipazione al CORSO ISTRUTTORE DI ROPE SKIPPING 3° LIVELLO:

-Al corso possono partecipare tutti coloro in possesso della qualifica di istruttore di rope skipping di 1° e 2° livello FISAC, interessati al conseguimento della qualifica di Istruttore di 3° livello, valido per la disciplina in oggetto, riconosciuto e/o organizzato dalla FISAC.

-Il corso sarà tenuto da Chiara Canoci, responsabile nazionale di rope skipping FISAC e, da Jonah Cummings, uno dei primi atleti e istruttori di jump rope in Italia, qualificatosi al 15° posto overall (30s speed, 3min speed e Freestyle) durante gli europei del 2015, rappresentando la nostra Nazione per la prima volta nella storia del rope skipping.

-Previo esame teorico e pratico, verranno rilasciate le qualifiche di Istruttore di 3° livello (secondo il piano di studi FISAC).

PROGRAMMA DEL CORSO

SABATO 22 GIUGNO

- ore 14,00-14,30 arrivi e registrazione partecipanti in struttura;
- ore 15,00-15,30 presentazione del corso;
- ore 15,30-16,30 skills 6° livello di single rope;
- ore 16,30-18,00 approfondimento su Chinese Wheel (diverse skills in 2 e più jumpers).

DOMENICA 23 GIUGNO

- ore 9,00-10,30 skills 7° livello di single rope
- ore 10,30-12,30 approfondimento su Double Dutch (speed e freestyle + turners skills)
- ore 12,30-13,30 pausa pranzo

-ore 13,30-15,00 rope skipping competition: Double Dutch speed, Double Dutch freestyle e Wheel pair freestyle;

-ore 15,00-16,30 esame teorico e pratico e rilascio diplomi.

-partenze

SEDE : Villaggio Accademia - 47042 Cesenatico (FC), Via C.Colombo, 18

COSTO : 100€ corso

39€ 1 notte con pensione completa in camera standard +15€ supplemento camera singola

46€ 1 notte con pensione completa in camera superior +15€ supplemento camera singola

(entrambe le opzioni comprendono cena, colazione e pranzo)

PER INFO E PRENOTAZIONI: segreteria@fisacgym.it; athleticjumorope@hotmail.it