



**Centro Sportivo Educativo Nazionale**

**Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto dal CONI e  
dal Ministero dell'Interno (Art. 31 D.P.R. 2/8/1974 N. 530)**

## **CORSO di FORMAZIONE ALLENATORI KICKBOXING (Semi Contact-Kick Light-Full-Lowkick-K1)**

**Con rilascio di DIPLOMA NAZIONALE C.S.E.N./CONI  
riconosciuto dalla legge, previo tesseramento e superamento esame**

**Docente: Maestro Pietro Iadevaia VI° Dan Taekwondo IV° Grado  
Kickboxing - Responsabile Settore Kickboxing CSEN Provinciale.**

**DURATA DEL CORSO: 30 ore (2 week end) ORARI: 1000/1300-1400/1800**

**Programma in sintesi:**

- Tecnica e metodologia dell'insegnamento
- Storia della Kickboxing
- Cenni di anatomia, fisiologia e biomeccanica
- pliometria/esplosività
- allenamento funzionale/preparazione atletica
- nutrizione/comunicazione/
- metodica di didattica/PNL
- Preparazione agonistica a livello amatoriale/Regolamento di Gara
- Il bendaggio alle mani/ Regolamento Sanitario/Primo soccorso
- preparazione psicologica di un atleta alla competizione
- baby kickboxing, semi/light/full contact, point fighting, lowkick, k1.

**Nr. posti 50 disponibili, ci si riserva di attivare i corsi al raggiungimento  
minimo di iscrizioni.**

**Inviare curriculum sportivo/eventuali brevetti in possesso e/o da  
convertire a :**

**[iomidifendo.teamiadevaia@gmail.com](mailto:iomidifendo.teamiadevaia@gmail.com) whatsapp/cell. 3206160455**

**alternativa a [csemlatina@libero.it](mailto:csemlatina@libero.it)**

