



PERCORSO PREPARATORE ATLETICO

Anno	Sem.	Disciplina di riferimento	Attività Tecnico Pratica	CFU	Federazione	Tipologia
1	1	Fondamenti del movimento umano	Elementi di base della motricità	3	FGI	Da Piano di Studi
1	2	Fondamenti dell'allenamento sportivo	Elementi di base di preparazione atletica	2	FIDAL	Percorso Preparatore Atletica
1	2		Elementi di base dell'allenamento della forza	2	FIPE	Da Piano di Studi
2	1	Controllo motorio e apprendimento	Tecniche di base del fitness	2	FIPE	A scelta dello studente
			Attività motoria in età evolutiva		CAPDI	
			Pilates	2	FIF	A scelta dello studente
			Nuoto		FIN	
2	2	Biomeccanica, allenamento funzionale e sport individuali	Atletica Leggera	2	FIDAL	Percorso Preparatore Atletica
			Ginnastica artistica	2	FGI	A scelta dello studente
			Tennis		FITP	
3	1	Attività motoria e fitness	Antropometria e composizione corporea	3	Docente interno	Percorso Preparatore Atletica
			Pesistica olimpica in sala pesi	3	FIPE	A scelta dello studente
			Outdoor Fitness		FIPE	
3	2	Sport di squadra e valutazione funzionale	Calcio	2	FIGC	A scelta dello studente
			Basket		FIP	
			Pallavolo	2	FIPAV	A scelta dello studente
			Padel		FITP	