

SGT Academy certified



recognised



WORKSHOP

ALLENAMENTO DELLA FORZA

FINALIZZATO ALLA PREPARAZIONE ATLETICA E NATURAL BODYBUILDING

Evento di alta qualità, nel rispetto delle linee guida europee, rivolto ad allenatori, personal trainer, preparatori atletici, coach, laureati in scienze motorie ed appassionati del settore.

I docenti dei nostri corsi e workshop sono il top che possiamo trovare in Italia, veri e propri riferimenti nei loro settori specifici di appartenenza, con esperienza internazionale.

Il workshop in oggetto prevede un programma teorico e pratico in cui verrà trattato l'allenamento della forza neuromuscolare in tutti i suoi dettagli fondamentali, dalla corretta esecuzione degli esercizi base e complementari (per niente scontata), fino alla programmazione e periodizzazione dell'allenamento, altro elemento cardine per poter raggiungere i risultati e massimizzarne il rendimento.

L'evento in oggetto fornisce le basi per poter allenare la fondamentale capacità condizionale della forza massima, applicata alla preparazione atletica ed al natural bodybuilding, settori nei quali questa capacità riveste un ruolo fondamentale.

SGT ACADEMY

SGT Academy registrata Opes CONI ETSIA EU Experts e certificata:

EurEthICS ETSIA ® Official Partner of the European Commission European Week of Sport and Sport Forum.

EurEthICS ETSIA ® Registered. Certificate of registration EUIPO No 016602526. Certification of Educational Services. <http://www.eurethicsport.eu>



#BEACTIVE

