



Personal Training Evolution -PTE-

Workshop | PTE | Calle Flauto Method | Stagione 2024/25

Identificare e valutare gli squilibri muscolo-scheletrici...

PTE vi insegnerà come identificare e valutare gli squilibri muscolo-scheletrici, spesso causati da sforzi ripetuti, dalla pratica dello sport, o dai rigori della vita quotidiana, offrendovi numerose metodologie di recupero attraverso esercizi post riabilitativi.

Struttura del Corso

Il workshop si sviluppa in un fine settimana. Il corso è composto da sessioni teoriche e pratiche, compresi test di valutazione del lavoro presentato.

- **Corso: 5 week end + 4 Manuali fascicolati**
- **Durata: 60 ore di corso**
Sabato 13.00 - 19.00
Domenica 9.00 - 15.00
- **Requisiti: conoscenza anatomia e biomeccanica di base**
- **Costo: € 1.000,00**



Un percorso completo e innovativo che amplifica il concetto di PT

Personal Training Evolution è un corso che amplifica e rende unico il lavoro del PT. Questo corso ti preparerà in maniera adeguata e completa a diventare il Personal Trainer del futuro.

Personal Trainer Evolution non è un comune corso per personal trainer, insegna a tutti i partecipanti nuove metodologie di lavoro, attraverso l'utilizzo di nuovi strumenti di allenamento: bastoni, disk gym, kettlebell, fit ball, lavoro a corpo libero, in sospensione, e molto altro ancora.

Durante questo percorso formativo imparerete come valutare i raggi di movimento, la mobilità e la flessibilità relativa a diverse zone corporee, come programmare sedute di lavoro efficienti ed efficaci che permettano di raggiungere in maniera mirata gli obiettivi della vostra clientela.



Pensato per i personal trainer del futuro...

PTE e' stato appositamente pensato per i personal trainer del futuro, utilizza linee guida dei migliori enti di ricerca, e amplifica il concetto del lavoro one to one, e del lavoro di forza integrata e funzionale.

Dopo aver superato i test di valutazione teorico e pratica tutti i partecipanti riceveranno un Diploma che attesta la conoscenza delle nozioni e tecniche acquisite.



Alcuni degli argomenti trattati in questo corso riguarderanno: gli elementi fondamentali della performance funzionale, anatomia e cinesiologia del movimento, scienza del lavoro neuromuscolare, la piramide della prestazione funzionale, i test di valutazione funzionale del movimento e come somministrarli, come gestire i deficit muscolo scheletrici, i movimenti fondamentali relativi alle funzioni muscolari con diversi attrezzi, come programmare e sviluppare le sedute di lavoro finalizzate agli obiettivi del cliente, anatomia e fisiologia relativa alla flessibilità, come applicare le tecniche di stretching, protocolli di lavoro e moduli di allenamento per la flessibilità, applicazioni pratiche e di programmazione del lavoro.

Se Sei un Personal Trainer o lo vuoi diventare PTE è il corso che stavi aspettando!

Come iscriversi...

***-Direttamente sul sito, seguendo le indicazioni
- Attraverso bonifico bancario:***

IT59 L034 4030 4100 0000 0228 700

Intestato a Flauto C.

-Specificare nella causale:

Workshop Group Muscle Program -GMP-

Sede d:

Nella data di

***Inviare copia del bonifico inoltrato dopo aver compilato il form sul sito per l'acquisto del corso.**

**** Potrai scegliere di seguire il workshop in live nelle date e sedi di programmazione, o scegliere di seguirlo online in una settimana, con orari e piani di lavoro personalizzati da definire insieme.**

Per info: amministrazione@calleflauto.com