

NORDIC WALKING ALTINUM

PROGRAMMA DIDATTICO 2018-2019

PROGRAMMAZIONE ISTRUTTORIALE

Istruttore: Massimo Novello



Denominazione del Corso:

Technique Refinement

Descrizione effettiva del corso:

Allenamento svolto a migliorare la tecnica base del corsista con l'utilizzo di esercizi e videoriprese in modo da rendere cosciente il corsista dove sbaglia e migliorarne il gesto

Frequenza:

1 allenamento settimanale al sabato dalle 10.00 con durata di 1 ora /1 ora e 30

Durata del corso:

1 mese (cicla varie volte durante l'anno)

16/08/2018

Firma dell'Istruttore

A handwritten signature in black ink that reads "Massimo Novello". The signature is written in a cursive, flowing style.