



FORMAZIONE ISTRUTTORI DI PARKOUR C.S.E.N. DATE UFFICIALI 2023/2024

Premesse e calendario 2023/2024

I moduli proposti hanno una durata di 15 ore ognuno e ogni mese verranno proposti degli approfondimenti individuali da sviluppare in autonomia, che saranno poi valutati e discussi durante il modulo successivo e parteciperanno al monte ore totale (fino a 30 ore di crediti formativi extra al mese).

Chi fosse già in possesso di una certificazione da istruttore sportivo generale o specifico, come chi ritenesse di avere un bagaglio personale sufficiente, può richiedere una convalida/valutazione delle proprie competenze che, dopo essere stata quantificata, andrà a sommarsi al monte ore totale.

16/17 settembre: **Le radici del parkour tra necessità e movimento naturale**

14/15 ottobre: **Il lavoro sul gesto e le tecniche fondamentali del parkour**

18/19 novembre: **L'arte della fuga - Freerunning e difesa personale**

9/10 dicembre: **ADD dal gioco all'Arte**

13/14 gennaio: **Contaminazioni e ricerca nell'Arte dello spostamento**

10/11 febbraio: **La psicologia del parkour – break the jump, movimento cosciente, flow e “autismo del praticante”**

9/10 marzo: **Lavorare sul corpo con il parkour**

13/14 aprile: **Equilibrio dinamico e meditazione in movimento**

11/12 maggio: **La natura maestra – dalle tecniche alle qualità del movimento**

8/9 giugno: **Simulazione esami**

Costi

Ogni giornata di formazione ha un costo di 70 euro.

Gli esami finali hanno un costo di 100 euro, più il costo del diploma e del tesserino tecnico. Eventuali scontistiche, collaborazioni e abbonamenti sono vincolati all'associazione di riferimento per l'erogazione delle formazioni.

Qualifiche secondo il regolamento nazionale C.S.E.N.

NB: il riconoscimento di ogni qualifica verrà convalidato con un esame finale al raggiungimento del monte ore necessario.

Alle abilitazioni di ciascun livello si sommano quelle dei livelli precedenti.

Allenatore – equivalente a **250 ore** di formazione, è abilitato a:

- condurre classi per principianti
- assistere istruttori di livello superiore

Dimostra una preparazione discreta negli aspetti generali della disciplina **(1)**, nelle tecniche fondamentali **(2)** e nella comunicazione **(3)** e una preparazione basilare nelle competenze didattiche generali e specifiche **(4)**, negli aspetti generali dello sviluppo psicofisico **(5)** e nel dibattito storico e ontologico sulla disciplina **(6)**.

Istruttore di primo livello – **500 ore** di formazione, è abilitato a:

- condurre classi di livello intermedio
- supervisionare la formazione di un assistente
- programmare micro e macro cicli di allenamento

Dimostra una buona preparazione nei punti **(1)**, **(2)**, **(3)**, **(4)**, **(5)** e discreta nel punto **(6)**.

Istruttore di secondo livello – **1000 ore** di formazione, è abilitato a:

- condurre classi di qualsiasi livello
- condurre eventi e formazioni specifiche (masterclass)
- coordinare un team di istruttori
- organizzare formazioni per Allenatori
- supervisionare la formazione di un istruttore
- contribuire alla ricerca sulla disciplina del gruppo di coordinamento CSEN nazionale

Dimostra una preparazione completa nei punti **(1)**, **(2)**, avanzata nei punti **(3)**, **(4)**, **(5)** e buona nel punto **(6)**.

Maestro formatore – **1500 ore** di formazione, è abilitato a:

- condurre formazioni per istruttori dei livelli precedenti
- coordinare più team di istruttori e supervisionarne la formazione e la didattica
- contribuire all'aggiornamento e alla divulgazione della didattica nazionale

Dimostra una preparazione eccellente in tutti i punti e la capacità di trasmettere in modo autentico ed efficace le proprie competenze.

Per info e prenotazioni:

Elia Landolfi – Responsabile nazionale settore parkour C.S.E.N. e Maestro formatore

Mail: elialandolfi@gmail.com

Telefono: 3423162883