



**PERGOLESÌ**  
PISCINE & BENESSERE

**CSI**  
CENTRO SPORTIVO ITALIANO  
COMITATO DI  
MODENA

# Corso di aggiornamento di Acquafitness

*Domenica 10 dicembre 2017*

dalle 9.30 alle 17 presso le Piscine Pergolesi  
Modena

Utilizzo  
degli attrezzi  
Tapis, Jump  
e Step

Corso rivolto agli istruttori di fitness in acqua che desiderano ampliare le loro competenze nel campo del fitness acquatico, con approfondimento delle modalità di impiego di alcuni tra gli attrezzi più utilizzati.

## *Struttura del corso*

Si suddivide in una parte teorica ed una pratica. È prevista la consegna finale dell'attestato di partecipazione.

## *Programma*

**9.30 - 12.00** parte teorica  
presso la palestra delle Piscine Pergolesi

**12.30 - 15.30** parte pratica

**16.00 - 17.00** tavola rotonda

## *Referente del corso*

**Giorgia Forghieri** responsabile nuoto e fitness  
CSI Modena

## *Docenti*

**Giulia Ponanti** e **Cecilia Passaro**,  
istruttrici fitness

## *Quota di partecipazione*

€ 50 per tesserati CSI

€ 60 per chi non possiede la tessera CSI

## *Sede*

Piscine Pergolesi, Via Divisione Acqui n. 152 – Mo

## *Contatti*

**Giorgia Forghieri**

[corsi@piscinepergolesi.net](mailto:corsi@piscinepergolesi.net), 346 6730693

[www.piscinepergolesi.net](http://www.piscinepergolesi.net) - 

