

**Domenica 5 Febbraio 2012**

# **CORSO DI HYDROBIKE MUSIC TRAINING**

## **VOLUME N.1**

*Il programma HYDROBIKE MUSIC TRAINING prevede un percorso formativo sull'utilizzo della bike e della musica come strumento di allenamento applicando velocità e ritmo in maniera finalizzata. I brani musicali vengono selezionati non casualmente ma creati e remixati in modo specifico in funzione del tipo di allenamento che si vuole conseguire.*

**DOVE: ALESSANDRIA**

Centro Fitness Aquaelibrium - Via Girgenti, 3 - Alessandria (Tel. 0131 288135)

**DURATA DEL CORSO:** dalle 10.00 alle 17.00

**AI PARTECIPANTI DEL CORSO VERRÀ FORNITO:**

- MATERIALE DIDATTICO DELLE LEZIONI (cd audio con 8 tracce/lezioni)
- DISPENSE
- ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

**DOCENTI DEL CORSO:** Luca Lolletti, Stefano Mazzucato, Paolo Michieletto

**COSTO: 90€**

**PROGRAMMA DEL CORSO**

**TEORIA**

- Teoria e metodologia dell'attività Hydrobike
- Principi del training in acqua
- Hydrobike Music Training: il programma

**PRATICA**

- Dimostrazione pratica della didattica d'insegnamento

**ATTENZIONE!!!!!!**

**Prenotazione OBBLIGATORIA attraverso comunicazione a [info@fitnessinacqua.it](mailto:info@fitnessinacqua.it)**

**Info: 392 57 17 252 (Luca)**

Modalità di pagamento in loco oppure attraverso bonifico bancario intestato a  
ASSOCIAZIONE DILETTANTISTICA "TRE I EVENT"  
IBAN IT 86U069060100900000001236 - CAUSALE: CORSO HYDROBIKE