





## "A scuola di equilibrio psico -fisico"

per allenare la mente e il corpo a fronteggiare ogni situazione senza perdere il controllo delle proprie emozioni e azioni

**ATIEF** propone agli insegnanti di Educazione Fisica e Sportiva una giornata di formazione che si svolgerà il **giorno 10 settembre 2019** presso la palestra dell' **ITT Buonarroti a Trento Via Brigata acqui 13**,dalle ore 9.30 alle ore 12.30 e dalle ore 14.30 alle 17.30.

Il momento formativo si propone di far acquisire tecniche di combattimento e movimenti base della difesa personale adatta a tutti: adulti, studenti e allievi delle scuole medie.

Il corso sarà tenuto da Radovan Bogojevic maestro di Karate e direttore tecnico di karatè Fudokan in Italia e da Gabriela Brinza maestra di yoga.

Il programma della giornata:

ORARIO	ATTIVITÀ
9:00 - 9:30	Accreditamento
9:30 - 12:30	Gruppi di lavoro teorico-pratici
12:30 -14:30	Pausa pranzo
14:30 - 17:30	Gruppi di lavoro teorico-pratici

Il pranzo sarà a carico dell'organizzazione e sarà consumato in loco.

Per iscriversi è necessario inviare una email a diegotomasi@yahoo.com oppure cell 3386295900 entro e non oltre giovedì 30 agosto 2019, indicando:

- Nome e cognome e numero di telefono
- Adesione al pranzo ed eventuali intolleranze o allergie alimentari

E' previsto attestato di partecipazione.

Trento, 2 luglio 2019