

FUTURE ACADEMY

ALLENAMENTO FUNZIONALE



Future Academy



Con questo
CORSO

DESCRIZIONE

L'Allenamento Funzionale si basa sull'esecuzione di esercizi in grado di mimare i movimenti che il corpo compie nelle situazioni quotidiane di tutti i giorni. Non utilizza complicati macchinari presenti solo nelle palestre più attrezzate, ma si realizza ponendo il corpo ed il suo movimento come cardine degli esercizi attraverso strumenti di semplice reperibilità. Si tratta di svolgere esercizi di facile esecuzione, mirati alla movimentazione simultanea di diversi gruppi muscolari che permette un consumo maggiore di calorie. Un programma formativo composto da lezioni teoriche e pratiche per diventare un vero allenatore del benessere, un **ISTRUTTORE DI ALLENAMENTO FUNZIONALE**.

OBIETTIVI

Questo corso di formazione ti fornirà gli strumenti necessari per praticare come Istruttore di Allenamento Funzionale, ovvero un professionista in grado di accompagnare l'individuo verso un processo di benessere psicofisico. È quindi indicato per tutti coloro che vogliono intraprendere questa carriera e scoprire e praticare la disciplina al fine di aiutare se stessi e gli altri. Imparerai le nozioni di base teoriche necessarie per essere un vero professionista del benessere, nozioni legate alla fisiologia, all'alimentazione, alla metodologia dell'allenamento, al primo soccorso, alla colonna vertebrale, alla postura e allo sviluppo e creazione di una lezione completa di Allenamento Funzionale. Inoltre il corso è corredato da video lezioni pratiche dove ogni singola posizione della disciplina viene spiegata in modo dettagliato per massimizzare l'apprendimento. Imparerai ad armonizzare corpo e mente con l'esercizio fisico. Durante le sessioni di allenamento, avrai tutte gli strumenti per diventare un vero allenatore di benessere. Inoltre il corso ti spiegherà come avviare il tuo studio e come trovare i primi clienti. Oltre alla certificazione, alla fine del corso potrai accedere ai servizi accessori che ti permetteranno di avviare la tua attività in tutta tranquillità.



Videocorsi Online disponibili h24 per un anno intero



Accorcia le distanze e collegati da ogni parte del mondo con qualsiasi dispositivo



Tutor sempre a disposizione, i nostri formatori sono professionisti certificati
Dispense e materiale didattico sempre disponibile da scaricare



Test di valutazione e esami online



Attestato riconosciuto

Future Academy
UNA PANORAMICA

Siamo una scuola di formazione che punta su contenuti video multimediali, docenti qualificati e professionisti del settore che hanno tenuto negli ultimi anni più di 300 corsi disponibili sulla nostra piattaforma.

ARGOMENTI

- Addome
- Braccia
- Busto
- Gambe
- Glutei
- Schiena
- Spalle
- Esercizi Completi



Vediamo più da

VICINO



TEST ONLINE

TEST A SCELTA MULTIPLA

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online e sarà composto da 10 domande per ciascun argomento trattato.

RICONOSCIMENTI



ISO 9001:2015

ISO 9001 è lo standard di riferimento internazionalmente riconosciuto per la gestione della Qualità di qualsiasi organizzazione che intenda rispondere all'esigenza dell'aumento dell'efficacia ed efficienza dei processi interni attraverso il miglioramento della soddisfazione e della fidelizzazione dei clienti.



European Association for Distance Learning (EADL) è un'organizzazione internazionale che si occupa dello scambio di informazioni e idee sull'educazione a distanza. Comprende scuole, istituzioni e individui che lavorano nel campo dell'istruzione a distanza dislocati in più di 20 paesi europei.