



## AGGIORNAMENTO ISTRUTTORI ARRAMPICATA OPES I e II LIVELLO

### Programma

#### Venerdì 06 Aprile 2018

- Ore 18.30 La Riforma del Terzo Settore
- Ore 20.30 Cena
- Ore 21.00 Novità regolamentari e normative ASD

#### Sabato 07 Aprile 2018

- Ore 09.00 Il Riscaldamento: un fattore di influenza delle capacità di prestazione sportiva e di prevenzione degli infortuni. (Durante la lezione verranno proposti esercizi pratici).
- Ore 11.00 Pausa
- Ore 11.30 Metodologie e tecniche di assicurazione in parete. Novità e nuovi materiali.
- Ore 13.00 Pranzo
- Ore 14.00 Prove pratiche sui nuovi materiali
- Ore 15.00 Saluti

### Regolamento

Il costo del corso di aggiornamento è di Euro 50,00 a persona. E' necessario preiscriversi tramite la piattaforma on line IGS versando la quota di partecipazione mediante bonifico o con gli altri mezzi di pagamento previsti dalla piattaforma.

Intestazione: O.P.E.S. – Organizzazione Per l'Educazione allo Sport  
Iban: IT 30 K 05387 03223 00000 1088781

Possono iscriversi al corso di aggiornamento anche non titolati OPES.

L'aggiornamento **è obbligatorio** per tutti coloro che abbiano conseguito un titolo di primo o di secondo livello da più di tre anni (sono dunque esclusi tutti coloro che abbiano svolto i corsi/esame dal 2016 compreso).

Si ricorda che presso il Centro di formazione OPES (Rock Time Center) è possibile pernottare al costo di 15€ compreso prima colazione. In tal caso è necessaria la prenotazione via mail al seguente indirizzo: [info@rocktimecenter.it](mailto:info@rocktimecenter.it) (per info cell. 329/9190676).

Il Ristoro del Centro Rock Time inoltre è aperto sia a pranzo che a cena.