



## CENTRO ITALIANO DI PSICOLOGIA SPORTIVA E FORMATIVA

All'allenatore moderno vengono oggi richieste molte competenze, oltre a quelle tecniche, come quelle :

- pedagogiche,
- organizzative ( pianificazione goal setting ),
- comunicative ( assertività - empatia - gestione dei conflitti)
- motivazionali ( stimolazione - feed backing - gratificazione),
- gestionali...

L'allenatore risulta determinante nell' alimentare e sostenere le risorse emotivo-motivazionali dell'atleta e nel saperle collegare agli elementi di acquisizione tecnico-tattici del suo percorso di crescita prestazionale.

Pertanto è ormai impossibile pensare ad una professionalizzazione del Tecnico Sportivo senza prevedere una formazione, e/o un aggiornamento, che includa la definizione e l'acquisizione di strumenti e metodologie interdisciplinari integrate .

C.I.P.S.E.F. ha progettato un percorso formativo per Allenatori e Tecnici che, esulando dallo sport specifico di propria competenza, identifica il cambiamento come punto di partenza e risultato del percorso stesso. Questo perché abilità e competenze che si andranno a conoscere e stimolare appartengono alla dimensione "persona", utili alla formazione dell'uomo-atleta, promuovendo la filosofia dell'allenamento orientata alla crescita, al benessere psichico ed al risultato agonistico dell'atleta.

Il percorso formativo offerto è composto da vari moduli, in questa sede verrà presentato il modulo base; piattaforma fondamentale per tracciare un iter condiviso.

Il Corso è aperto ad Allenatori e Tecnici di qualsiasi Sport e/o categoria di atleti, (dalle categorie giovanili ad atleti evoluti)

### QUOTA DI PARTECIPAZIONE

150,00€ + soggiorno.

La quota di partecipazione comprende :

- l'iscrizione al corso
- materiale didattico
- attestato di partecipazione
- utilizzo delle strutture

**Arrivo il venerdì dalle ore 18.00 c.a.**

**Partenza: domenica per le ore 16.30 c.a.**

Trattamento pernottato + pensione completa:

150,00 € in camera doppia (per persona)

180,00 € in camera singola

Si richiede un abbigliamento adatto anche alla pratica sportiva in palestra.

Il corso è a numero chiuso: max 30 presenze  
Qualora non si raggiungesse il numero minimo previsto, verranno rimborsate le quote versate.  
Superando tale numero, previa comunicazione ed accettazione, verrà aggiunta una sessione nel week-end successivo.

La domanda d'iscrizione dovrà essere inviata al seguente indirizzo :

**CIPSEF c/o Burgio - via Malvicini 22 - 29100 PC,**  
corredata di versamento di 80€, vaglia o bonifico, con la causale:

**"pre-iscrizione corso CIPSEF-Coverciano"**

INFO LINE: [cipsef@libero.it](mailto:cipsef@libero.it)

339 42 22 230 / 347 35 96 103

LUN/VEN dalle 9,30 - 12,00 / dalle 15,00 -19,30

FAX 0523 75 70 93



## CENTRO ITALIANO DI PSICOLOGIA SPORTIVA E FORMATIVA

### CORSO DI FORMAZIONE ED AGGIORNAMENTO ALLENATORI ed ISTRUTTORI

### " FILOSOFIA DELL'ALLENAMENTO "

I nuovi strumenti dello sport

**C.P.O. di TIRRENIA (PI)**

[www.cipsef.it](http://www.cipsef.it) – [cipsef@libero.it](mailto:cipsef@libero.it)

=====





**CENTRO ITALIANO DI PSICOLOGIA  
SPORTIVA E FORMATIVA**

Con il patrocinio di:



**C.I.P. Toscana**



**Federazione Italiana Dirigenti Sportivi**



**CORSO DI FORMAZIONE ED AGGIORNAMENTO  
per ALLENATORI ED ISTRUTTORI**

**“ FILOSOFIA DELL'ALLENAMENTO ”**  
I nuovi strumenti dello sport

**Venerdì**

Ore 18,00 -19,45  
Accreditamento e sistemazione nelle stanze

Ore 20,00 cena

**Sabato**

Ore 9,15  
Filosofia dell'allenamento  
Chi è l'allenatore : così vive .... così allena

Ore 10,30 Coffee break

Ore 10,45 Filosofia dell'allenamento :  
Esercizi pratici / discussione

Ore 12,30 Pranzo

Ore 14,30 Comunicazione :  
Comunicare > interagire con gli altri  
(esercizi pratici)

Ore 16,00 Coffee break

Ore 16,15 Comunicazione :  
Comunicazione tra Allenatore e atleta /squadra

Ore 18,30 Chiusura lavori

Ore 20,00 cena

Ore 21,15 Proiezione di materiale didattico

**Domenica**

Ore 9,15 Motivazione :  
La motivazione del tecnico

Ore 10,30 Coffee break

Ore 10,45 Motivazione :  
La motivazione dell'atleta e della squadra  
(esercizi pratici)

Ore 12,30 Pranzo

Ore 14,30 Motivazione :  
Più motivazione = Meno drop out ( abbandono )

Ore 16,00 Consegna attestati e fine lavori

**Docenti**

Lo staff di CIPSEF è composto da Psicoterapeuti - Psicologi  
Medici di medicina sportiva - Laureati in Scienze Motorie  
Allenatori - Tecnici di sport specifici - Atleti in attività - ex Atleti  
Tutti formati, per le loro competenze, anche in ambito  
della psicologia dello sport

In questo corso l'aula sarà tenuta da :

**Cinzia Luana FAVARO**

Psicoterapeuta  
Master in Psicologia dello Sport

**Loris Antonio BURGIO**

Tecnico di Federazione  
Dirigente Sportivo  
Master in Psicologia dello Sport

