

**ATTIVITA' COMPLEMENTARI PER LE SCIENZE DEL  
MOVIMENTO  
SEDE DI PAVIA**

-Le iscrizioni ai corsi avverranno **NEI GIORNI 6-7-8 NOVEMBRE** esclusivamente sul portale KIRO a questo indirizzo:  
<https://elearning3.unipv.it/medicina/course/index.php?categoryid=11>

-Per accedere al portale sono necessarie le credenziali di ateneo (Codice Fiscale e Password di Ateneo).

-E' possibile iscriversi al massimo a 2 corsi, se venissero trovate piu di due iscrizioni ne verrà tolta una d'ufficio.

-Si possono iscrivere ai corsi solamente gli studenti che frequentano l'anno di corso relativo alle attività proposte, non sono ammessi recuperi di attività non finite negli anni precedenti.

-Gli studenti che non si iscriveranno tramite il portale non potranno partecipare ai corsi, i posti sono limitati e gestiti automaticamente dal sistema.

-Il corso si ritiene superato se vengono raggiunte almeno il 75% delle ore di lezione.

-E' possibile raggiungere i crediti necessari anche:

- partecipando a convegni o iniziative organizzati dal Corso di Laurea, dal Coni o da Federazioni sportive.
- partecipando a progetti organizzati da docenti dei corsi di laurea in scienze motorie.
- praticando attività agonistica (presentare certificazione in segreteria didattica)

## 2° ANNO TRIENNALE

<p><b>Metodologia applicata agli esercizi di fitness e di sviluppo della forza</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore)</p> <p>Docente: Roncari Andrea</p>	<p>Mercoledì 2° Semestre</p> <p>Corso unico: 7/03, 14/03, 21/03, 4/04, 11/04, 18/04, 2/05, 9/05, 16/06, 23/05, 30/05, 6/06 ore 12:00-14:00 presso sala pesi Cus Pavia via Bassi</p> <p>Max 35 studenti</p>
<p><b>Fitness musicale</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore)</p> <p>Docente: Delmonte Valentina</p>	<p>Giovedì 2° Semestre</p> <p>1/03, 8/03, 15/03, 29/03, 5/04, 19/04, 26/4, 3/05, 10/05, 17/05, 24/05, 31/05 ore 14:00-16:00 presso Palestra Cus Pavia via Bassi</p> <p>Max 35 studenti</p>
<p><b>Età evolutiva</b></p> <p>Crediti: 3 (33 ore per gruppo)</p> <p>Docente: Bonfanti Luca</p>	<p>1° semestre e 2° Semestre</p> <p><b>-Teoria</b> 1° semestre venerdì a <b>gruppi riuniti A e B:</b> 17/11, 24/11, 1/12, 12/01, 19/01, 26/01 ore 14:00-17:00 aula B Campus (18 ore teoria)</p> <p><b>-pratica gruppo A:</b> mercoledì: 7/03, 14/03, 21/03, 28/03, 4/04, 11/04, 18/04, 2/05, 9/05, 16/05 ore 14:00-15:30 palestra Cus via Bassi (15 ore pratica)</p> <p><b>-pratica gruppo B:</b> giovedì: 8/03, 15/03, 22/03, 29/03, 5/04, 12/04, 19/04, 26/04, 3/05, 10/05 ore 13:30-15:00 palestra Cus via Bassi (15 ore pratica)</p> <p>Max 40 studenti per gruppo</p>
<p><b>Protocolli fitness</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore per gruppo)</p> <p>Docente: Ricagno Elena</p>	<p>Venerdì mattina</p> <p><b>Gruppo A:</b> 17/11, 24/11, 1/12, 12/01, 19/01, 26/01, 2/03, 9/03, 16/03, 23/03 presso sala pesi Cus Pavia via Bassi ore 8:00-10:30</p> <p><b>Gruppo B:</b> 17/11, 24/11, 1/12, 12/01, 19/01, 26/01, 2/03, 9/03, 16/03, 23/03 presso sala pesi Cus Pavia via Bassi ore 10:30-13:00</p> <p><b>Gruppo C:</b> 6/04, 13/04, 20/04, 27/04, 4/05, 11/05, 18/05, 25/05, 1/06, 8/06 presso sala pesi Cus Pavia via Bassi ore 8:00-10:30</p> <p><b>Gruppo D:</b> 6/04, 13/04, 20/04, 27/04, 4/05, 11/05, 18/05, 25/05, 1/06, 8/06 presso sala pesi Cus Pavia via Bassi ore 10:30-13:00</p> <p>Max studenti 20 per gruppo</p>

### 3° ANNO TRIENNALE

<p><b>PFM, l'esercizio funzionale nell'attività adattata livello base</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore per gruppo)</p> <p>Docente: Ricagno Elena</p>	<p>Lunedì 1° Semestre Gruppo A e Lunedì 2° Semestre Gruppo B</p> <p><b>Gruppo A:</b> 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12, 8/01, 15/01, 22/01 ore 11:00-14:00 Palestra Cus via Bassi</p> <p><b>Gruppo B:</b> 5/03, 12/03, 19/03, 26/03, 9/04, 16/04, 23/04, 7/05 ore 11:00-14:00 Palestra Cus via Bassi</p> <p>Max 15 studenti per gruppo</p>
<p><b>Educazione motoria per età adulta e anziana</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore per gruppo)</p> <p>Docente: Toniato Valentina</p>	<p>Mercoledì pomeriggio 1° e 2° Semestre</p> <p><b>Gruppo A:</b> 15/11, 22/11, 29/11, 6/12 (2017), 10/01, 17/01 7/03, 14/03, 21/03, 28/03, 4/04, 11/04, 18/04, 2/05, 9/05, 16/05 ore 14:00-15:30 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza</p> <p><b>Gruppo B:</b> 15/11, 22/11, 29/11, 6/12 (2017), 10/01, 17/01 7/03, 14/03, 21/03, 28/03, 4/04, 11/04, 18/04, 2/05, 9/05, 16/05 ore 15:30-17:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza</p> <p>Max 25 studenti per gruppo</p>
<p><b>Training posturale</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore per gruppo)</p> <p>Docente: Ottobrini Sara</p>	<p>Lunedì 2° Semestre</p> <p><b>Gruppo A</b> 5/03, 12/03, 19/03, 26/03, 9/04, 16/04, 23/04, 7/05, 14/05 ore 8:00-10:30 21/05 ore 8:00-9:30 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza</p> <p><b>Gruppo B</b> 5/03, 12/03, 19/03, 26/03, 9/04, 16/04, 23/04, 7/05, 14/05 ore 10:30-13:00 21/05 ore 10:30-12:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza</p> <p>Max 20 studenti per gruppo</p>
<p><b>Personal trainer</b></p> <p>Crediti: 2 (24 ore per gruppo)</p> <p>Docente: Bonadonna Davide</p>	<p>Mercoledì 2° Semestre</p> <p><b>Gruppo A:</b> 7/03, 14/03, 21/03, 28/03, 4/04, 11/04 teoria ore 14.00/16.00, 18/04, 2/05, 9/05, 16/05, 23/05, 30/05 pratica presso sala pesi Cus Pavia via Bassi ore 13.00/15.00</p> <p><b>Gruppo B:</b> 7/03, 14/03, 21/03, 28/03, 4/04, 11/04 teoria ore 16.00/18.00, 18/04, 2/05, 9/05, 16/05, 23/05, 30/05 pratica presso sala pesi Cus Pavia via Bassi ore 15.00/17.00</p> <p>Max 20 studenti per gruppo</p>

<b>Salvamento</b> Crediti: 3 (36 ore) Docente: Pavan Alessandro	Martedì 1° e 2° Semestre 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12, 9/01, 16/01, 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04 ore 14:00-15:30 pratica piscina campus aquae nelle stesse date ore 16:00-17:30 teoria Aula E Campus Aquae, Max 40 studenti
<b>Riatletizzazione</b> Crediti: 2 (24 ore) Docente: Giacobone Mattia	Giovedì 1° semestre 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 11/01, 18/01 ore 10:00-13:30 25/01 ore 10:00-13:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti

## 1° ANNO MAGISTRALE

<b>Fitness cardiometabolico</b> Crediti: 2 (24 ore) Docente: Correale Luca	Mercoledì 1° Semestre 15/11, 22/11, 29/11, 6/12, 13/12, 10/01, 17/01, 24/01 ore 14:00-17:00 presso Aula B Campus Aquae Max 40 studenti
<b>Pilates</b> Crediti: 2 (24 ore) Docente: Delmonte Valentina	Martedì 2° Semestre 6/03, 13/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04, 8/05, 15/05, 22/05, 29/05, 5/06 ore 11:00-13:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti
<b>Sport paralimpico</b> Crediti: 2 (24 ore) Docente: Gambirasio Carolina	Martedì 2° Semestre 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04 ore 8:00-11:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti
<b>Prevenzione e trattamento dei para-dismorfismi</b> Crediti: 2 (24 ore) Docente: Ottobrini Sara	Venerdì 1° semestre 17/11, 24/11, 1/12, 15/12, 12/01, 19/01, 26/01, 2/02 ore 10:00-13:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 25 studenti
<b>PFM, l'esercizio funzionale nell'attività adattata livello avanzato</b> Crediti: 2 (24 ore) Docente: Ricagno Elena	Martedì 1° Semestre 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12, 9/01, 16/01, 23/01 ore 8:00-11:00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti