

ATTIVITA' COMPLEMENTARI PER LE SCIENZE DEL MOVIMENTO SEDE DI PAVIA

-Le iscrizioni ai corsi avverranno **NEI GIORNI 29-30 OTTOBRE** esclusivamente sul portale KIRO a questo indirizzo:

<https://elearning3.unipv.it/medicina/course/index.php?categoryid=61>

-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 più 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)

SECONDO TRIENNALE

<p>Metodologia applicata agli esercizi di fitness e di sviluppo della forza</p> <p>Crediti: 2 (24 ore)</p> <p>Docente: Roncari Andrea</p>	<p>Mercoledì 2° Semestre</p> <p>Corso unico: 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04, 8/05, 15/05, 22/05, 29/05 ore 12.00/14.00</p> <p>presso sala pesi CUS via Bassi e presso Cus Pavia - Impianto di Canottaggio, via Folla di Sotto</p> <p>Max 35 studenti</p>
<p>Fitness musicale</p> <p>Crediti: 2 (24 ore)</p> <p>Docente: Delmonte Valentina</p>	<p>Martedì 2° Semestre</p> <p>Corso unico: 5/03, 12/03, 19/03, 26/03, 2/04, 9/04, 16/04, 23/04, 30/04, 7/05, 14/05, 21/05 ore 14.00/16.00 lezioni teoriche e pratiche presso Palestra Cus via Bassi</p> <p>Max 35 studenti</p>
<p>Età evolutiva</p> <p>Crediti: 2</p> <p>Docente: Bonfanti Luca</p>	<p>1° semestre e 2° Semestre</p> <p>Venerdì 1° Semestre Teoria Gruppi A e B: 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 11/01 ore 13.00/ 14.30 gruppo A, ore 14.30/16.00 gruppo B Aula B Campus</p> <p>Mercoledì 2° Semestre :pratica gruppo A 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04, 8/05, 15/05 ore 14.00 /15.30 palestra Cus via Bassi</p> <p>Mercoledì 2° Semestre: pratica gruppo B 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04, 8/05, 15/05 ore 15.30 /17.00 palestra Cus via Bassi</p> <p>Max 40 studenti per corso</p>
<p>Protocolli fitness</p> <p>Crediti: 2</p> <p>Docente: Ricagno Elena</p>	<p>Venerdì 1° e 2° Semestre</p> <p>Gruppo A: 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 11/01, 18/01, 25/01, 8/03 ore 8.00/10.30, 15/03 ore 8.00/9.30 presso Cus Pavia via Bassi (Sala Pesi) Max studenti 20</p> <p>Gruppo B: 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12, 11/01, 18/01, 25/01, 8/03 ore 10.30/13.00, 15/03 ore 9.30/11.00 presso Cus Pavia via Bassi (Sala Pesi) Max studenti 20</p> <p>Venerdì mattina 2° Semestre</p> <p>Gruppo C: 22/03, 29/03, 5/04, 12/04, 3/05, 10/05, 17/05, 24/05, 31/05 ore 8.00/10.30 7/06 ore 8.00/9.30 presso Cus Pavia via Bassi (Sala Pesi) Max studenti 20</p> <p>Gruppo D: 22/03, 29/03, 5/04, 12/04, 3/05, 10/05, 17/05, 24/05, 31/05 ore 10.30/13.00 7/06 ore 9.30/11.00 presso Cus Pavia via Bassi (Sala Pesi) Max studenti 20</p>

TERZO TRIENNALE

<p>PFM, l'esercizio funzionale nell'attività adattata</p> <p>Crediti: 2</p> <p>Docente: Ricagno Elena</p>	<p>Lunedì 1° Semestre Gruppo A Lunedì 2° Semestre Gruppo B</p> <p>Gruppo A: 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 7/01, 14/01, 21/01 ore 11.00/14.00 Palestra Cus via Bassi Max 15 studenti</p> <p>Gruppo B: 4/03, 11/03, 18/03, 25/03, 1/04, 8/04, 15/04, 29/04 ore 11.00/14.00 Palestra Cus via Bassi Max 15 studenti</p>
<p>Educazione motoria per età adulta e anziana</p> <p>Crediti: 2</p> <p>Docente: Toniato Valentina</p>	<p>Lunedì 1° e 2° Semestre</p> <p>Gruppo A: 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 07/01, 14/01, 21/01, 4/03, 11/03, 18/03, 25/03, 1/04, 8/04, 15/04, 29/04 ore 11.00/12.30 presso Sala Pesi Cus Pavia Max 25 studenti</p> <p>Gruppo B: 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 07/01, 14/01, 21/01, 4/03, 11/03, 18/03, 25/03, 1/04, 8/04, 15/04, 29/04 ore 12.30/14.00 presso Sala Pesi Cus Pavia Max 25 studenti</p>
<p>Training posturale</p> <p>Crediti: 2</p> <p>Docente: Ottobrini Sara</p>	<p>Mercoledì 2° Semestre</p> <p>Gruppo A 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04, 8/05, 15/05, 22/05, 29/05 ore 14.00/16.00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 20 studenti</p> <p>Gruppo B 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04, 17/04, 24/04, 8/05, 15/05, 22/05, 29/05 ore 16.00/18.00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 20 studenti</p>
<p>Personal trainer</p> <p>Crediti: 2</p> <p>Docente: Bonadonna Davide</p>	<p>Mercoledì 2° Semestre</p> <p>Gruppo A: 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04 ore 14.00/16.00 17/04, 24/04, 8/05, 15/05, 22/05, 29/05 ore 13.00/15.00 presso Cus Pavia via Bassi (Sala Pesi) Max 20 studenti</p> <p>Gruppo B: 6/03, 13/03, 20/03, 27/03, 3/04, 10/04 ore 16.00/18.00 17/04, 24/04, 8/05, 15/05, 22/05, 29/05 ore 15.00/17.00 presso Cus Pavia via Bassi (Sala Pesi) Max 20 studenti</p>
<p>Salvamento</p> <p>Crediti: 3 (totali 36 ore)</p> <p>Docente: Pavan Alessandro</p>	<p>Martedì 1° e 2° Semestre</p> <p>Corso unico : 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12 (2018), 8/01, 15/01, 22/01, 5/03, 12/03, 19/03 (2019) ore 14.00/15.30 pratica presso Piscina Campus</p> <p>6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12 (2018), 8/01, 15/01, 22/01, 5/03, 12/03, 19/03 (2019) ore 16.00/17.30 teoria presso Aula D Campus Aquae Max 40 studenti</p>

Riatletizzazione Crediti: 2 (24 ore) Docente: Giacobone Mattia	Giovedì 1° semestre Corso unico : 8/11, 15/11, 22/11, 29/11, 6/12, 10/01 ore 10.00/13.30 17/01 ore 10.00/13.00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti
---	--

PRIMO MAGISTRALE

Fitness cardiometabolico Crediti: 2 (24 ore) Docente: Correale Luca	Mercoledì 1° Semestre Corso unico: 5/12, 12/12, 19/12, 9/01, 16/01, 23/01 ore 13.30/17.00 30/01 ore 14.00/17.00 Aula B Campus Aquae Max 40 studenti
Pilates Crediti: 2 (24 ore) Docente: Delmonte Valentina	Martedì 2° Semestre Corso unico: 5/03, 12/03, 19/03, 26/03, 2/04, 9/04, 16/04, 23/04, 30/04, 7/05, 14/05, 21/05 ore 11.00/13.00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti
Sport paralimpico Crediti: 2 (24 ore) Docente: Gambirasio Carolina	Martedì 2° Semestre Corso unico: 5/03, 12/03, 19/03, 26/03, 2/04, 9/04, 16/04, 23/04 ore 8.00/11.00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti
Prevenzione e trattamento dei para-dismorfismi Crediti: 2 (24 ore) Docente: Ottobrini Sara	Mercoledì 1° semestre Corso unico: 7/11, 14/11, 21/11, 28/11, 5/12, 12/12, 9/01, 16/01 ore 13.30/16.30 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 25 studenti
PFM, l'esercizio funzionale nell'attività adattata Crediti: 2 (24 ore) Docente: Ricagno Elena	Martedì 1° Semestre Corso unico: 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12, 18/12, 8/01 ore 8.00/11.00 presso Palestra Campus Aquae Strada Cascinazza Max 30 studenti