

SYNLAB 
PARTNER DI SALUTE



IMPARARE È UNA FORMA
DI ALLENAMENTO

**CORSO DI
FORMAZIONE
IN HEALTH
PERSONAL
TRAINING**



CSEN è l'Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto dal CONI e dal CIP.

SYNLAB oggi rappresenta il più importante gruppo di laboratori e centri polidiagnostici in Italia, nonché il primo interlocutore nei servizi di sanità integrata. SYNLAB e CSEN uniscono le loro esperienze professionali per **offrire percorsi di formazione con i migliori esperti del settore medico, sanitario e sportivo.**

L'obiettivo è quello di **creare una nuova figura professionale**, più consapevole della fisionomia e dell'importanza del proprio ruolo nel percorso di Salute dell'atleta, certamente più focalizzata sui rischi e sulle opportunità di miglioramento continuo e sulla corretta definizione di coerente cambio dello stile di vita: **l'Health Personal Trainer.**



Grazie alla presenza di **medici altamente qualificati e di professionisti di una sanità moderna**, anche alla luce della trasformazione che la recente situazione sanitaria internazionale ha apportato alle dimensioni di prevenzione, diagnosi e riabilitazione, questa nuova figura sarà in grado di acquisire conoscenze oltre che nell'ambito del Fitness anche in ambito nutrizionale, medico e di cura del benessere psico-fisico. Sarà quindi capace di prendere in carico i propri clienti ed indirizzarli verso un approccio olistico alla Salute.

gennaio	15/16  1: Teoria \ Anamnesi \ Sistemi energetici \ EPOC \ La contrazione Muscolare \ Apparato Cardiovascolare \ Apparto respiratorio \ VO2Max \ Individuazione muscoli e piani muscolari	29/30  2: Alimentazione \ Macronutrienti \ Micronutrienti \ Bia \ Integratori \ Conoscere varie tipologie di diete "Health Kitchen"
	12/13  3: Anatomie e Allenamento \ Anatomia e cenni di biomeccanica \ Periodizzazione dell'allenamento \ Schede allenamento \ Tecniche di allenamento di ipertrofia \ Varie tecniche di allenamento \ Le macchine isotoniche \ Tecniche di allenamento per le ipertrofie muscoli e piani muscolari	26/27  4: Allenamento e postura \ Ipercifosi \ Iperlordosi \ Traumatologia \ Protocolli di lavoro
marzo	12/13  5: Marketing e psicologia dell'allenamento \ Marketing per il personal trainer \ Comunicazione con il cliente \ Motivazione del cliente \ Psicologia dell'insegnamento e dell'apprendimento \ Psicologia estetica \ Allenamento con attrezzi liberi	26/27  6: Allenamento per la mamma \ Allenamento in Gravidanza \ Allenamento Post Parto \ Allenamento alla respirazione \ Allenamento in particolari condizioni
	09/10  7: Allenamento e dimagrimento \ Allenamento cardiovascolare e dimagrimento \ Protocolli di allenamento cardiovascolare e dimagrimento \ Protocolli misti con macchine aerobiche e sovraccarichi (CFT-PHA-AAS-SR)	30/01  8: Lo stretching \ Fisiologia dello stretching \ Stretching statico \ Stretching dinamico \ Stretching passivo \ Pnf \ Stretching statico \ Stretching dinamico \ Stretching passivo \ Pnf
aprile	14/15  9: Patologie nello sport \ Algie e paramorfismi \ Protocolli di lavoro	28/29  10: Primo soccorso e BLS \ Corso primo soccorso \ Corso BLS \ Corso Antincendio
giugno	11/12  11: Medicina dello sport \ Principi di Economia dello Sport \ Elementi di Economia Sanitaria \ Elementi di Base per la definizione di un Progetto per lo Sport \ I nuovi prodotti della Sanità per lo Sport	03  12: Esame finale LEGENDA: Teoria Pratica  Modulo

Limite massimo per accedere all'esame:

10% di ore di assenza

I corsi si terranno previa iscrizione nei SYNLAB Medical Centers di:

Viale de Amicis, 87 - Firenze | Via di Padule, 22 - Sesto Fiorentino

Docenti del corso:

Giuseppe Dragone | Alberto Santarato | Alessio Terzani | Fulvio Falliti | Giovanni Serni | Alice De Rose
 Andrea Lucarelli | Alessio Saggese | Simona Gelli | Alessandro Damiano | Francesco Epifani

PARTECIPARE AL CORSO

Il corso di Health Personal Trainer è rivolto solo ai laureandi e laureati in Scienze Motorie, laureandi e laureati in Fisioterapia, diplomati CSEN in operatori massaggio sportivo, istruttore di ginnastiche posturali, o a chi possiede un diploma in pratiche di allenamento in yoga, pilates, arti marziali, sala pesi, etc.

I futuri corsisti sono pregati di

inviare il curriculum prima dell'iscrizione

per accedere al corso. Il curriculum sarà valutato dalla commissione CSEN e successivamente sarà confermata la possibilità di iscriversi.

Per partecipare è richiesto:

- \ Tesseramento CSEN
- \ Abbigliamento comodo (es. tuta) e scarpe da ginnastica pulite
- \ Corretta igiene personale, mascherina
- \ Green Pass

RICONOSCIMENTO CSEN

Il diploma ottenuto al termine del corso permetterà di **operare come libero professionista nelle palestre e nei centri dove si svolge attività Fitness e di collaborare con le strutture SYNLAB**. Il diploma rilasciato non consente di svolgere attività di estetica ed esula dalle attività sanitarie, a meno che il corsista non sia in possesso dei titoli necessari. La qualifica dell'Health Personal Trainer non sostituisce la figura del fisioterapista, né di quella in Scienze Motorie.

SYNLAB
PARTNER DI SALUTE



QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€1.600,00 | rateizzata:

\ **acconto €400,00**

da versare al momento dell'iscrizione e comunque entro l'inizio del corso.

\ **4 rate da €300,00** da versare entro:

- 1^a rata entro il 2° modulo
- 2^a rata entro il 4° modulo
- 3^a rata entro il 6° modulo
- 4^a rata entro l'8° modulo

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

contanti | carta di credito | bonifico

Intestatario CSEN - Banca Sella

IT82N0326802802052921341990

Causale: Corso Synlab HPT

ISCRIVITI ENTRO IL 3 GENNAIO!

potrai eseguire con il **20% DI SCONTO:**

- \ test sierologico per la ricerca degli anticorpi IgG e IgM anti-Sars-CoV2
- \ Check-up Under40 donna/uomo

SYNLAB e CSEN forniscono in omaggio:

- \ Dispense didattiche
- \ Materiale per appunti
- \ Assicurazione personale
- \ Dopo il superamento dell'esame: Diploma CSEN, tesserino tecnico CSEN ed iscrizione all'Albo dei Tecnici CSEN
- \ SYNLAB BAG



SCATTA UNA FOTO E TAGGACI SUI SOCIAL! Condividi la tua esperienza in salute.

f @synlabitalia **@synlab_italia**

INFO E PRENOTAZIONI:

CSEN Firenze | Viale Europa 95, Firenze
www.csenfirenze.it | info@csenfirenze.it
T. 055613448 | 3929245717

SYNLAB

info.med@synlab.it | T. 0554211617

Direttore sanitario: prof. Vincenzo Cupelli