

# **FITNESS PRINCIPIA**

## **MASTER POST LAUREA**



**CALENDARIO 2020**  
**PRE ISCRIZIONE CONSIGLIATA**  
**su [www.elav.eu](http://www.elav.eu)**

# FITNESS PRINCIPIA

## MASTER POST LAUREA

### PERCHÈ SCEGLIERE QUESTO MASTER?

Le Scienze Motorie hanno necessità di un'élite di futuri professionisti che sappia applicare sul campo nozioni scientifiche di alto profilo. Ma c'è di più, è necessario saper fare tesoro del lavoro quotidiano trasformando l'attività professionale in una continua ricerca scientifica su campo per leggere con occhio critico il risultato del proprio lavoro e contribuire al progresso del settore.

Questo ambizioso scenario può essere perseguito solo da persone con un adeguato bagaglio culturale accademico successivamente sottoposte ad un intenso percorso formativo studiato per trasformare le competenze teoriche in elevate capacità di applicazione pratica. Per questo, ELAV ha fortemente voluto un master strettamente riservato a Laureati Specialisti in Scienze Motorie, progettando un programma didattico dedicato al Fitness mai visto in Italia.

ELAV è orgogliosa di presentare il suo nuovo settore University e di mettere a disposizione il suo corpo Docenti Top Level, Logistica, Strumentazioni e Organizzazione mai visti

in precedenza.

Un anno di studio e applicazione pratica integrati, a contatto con innovazione e profondità culturale, arricchito da sperimentazioni dimostrative in laboratorio di ricerca, tirocinii personalizzati e partecipazione operativa ad eventi di settore. Il Master prevede la certificazione diretta ELAV Fitness Top Level, integrando tutti i livelli necessari durante l'anno di partecipazione e studio; inoltre è arricchito da Crediti Europei (EUROPE ACTIVE, EREPS) e Nazionali (CSEN CONI) che apriranno qualsiasi porta lavorativa nel settore del Fitness sia in Italia che all'estero. Per questo, al termine del master, verranno aperti dei canali riservati preferenziali verso grandi Fitness Club con elevate possibilità di impiego o, in alternativa, verrà dato supporto per l'apertura di fitness club in proprio con strategie perfettamente sinergiche con il piano di studi e le competenze acquisite.

Le elevate e particolari qualità acquisite con questo master apriranno anche un canale preferenziale per futuri rapporti di collaborazione con la Divisione Ricerca e Sviluppo di ELAV.

<b>LEVEL</b>	Top
<b>ACCESS REQUIREMENTS</b>	Laurea Specialistica in Scienze Motorie (indirizzo sportivo o preventivo adattato) Età massima 30 anni Pre certificazione ELAV Expert per i crediti Europei online
<b>ACCREDITATIONS</b>	ELAV EUROPE ACTIVE (EQF 4 E 5) EREPS (European Register of Exercise Professionals) CSEN ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI
<b>LOCATION</b>	 CITTÀ DI CASTELLO (PG)
<b>MODALITY</b>	Lezioni frontali con utilizzo sistematico di strumentazioni di analisi e monitoraggio Tirocinii frontali Studio in autonomia
<b>DURATION</b>	27 giornate in 10 week-end misti (vedere programma dettagliato) Oltre 200 ore effettive di lezione frontale + moduli accessori 50% alta teoria, 50% pratica applicata
<b>EXAMINATION</b>	Esami modulari online in itinere ad effetto cumulativo con voto medio finale Discussione finale tesi sperimentale
<b>PRICE</b>	2590,00 (rateizzabile in 10 rate +4%)

# RICHIEDI UN COLLOQUIO DI APPROFONDIMENTO



PLAN



Biomeccanica degli Esercizi (3 Giorni)	13-14-15 Marzo
Valutazione e Allenamento Posturale (2 Giorni)	04-05 Aprile
Valutazione e Allenamento della Forza Condizionale (3 Giorni)	24-25-26 Aprile
Valutazione e Allenamento dell'Ipertrofia (3 Giorni)	08-09-10 Maggio
Valutazione e Allenamento delle Capacità Cognitive (2 Giorni)	12-13 Giugno
Valutazione e Allenamento della Forza Funzionale (3 Giorni)	03-04-05 Luglio
Valutazione e Allenamento Metabolico (3 Giorni)	04-05-06 Settembre
Valutazione e Allenamento per il Dimagrimento (3 Giorni)	25-26-27 Settembre
Programmazione Avanzata dell'Allenamento per il Fitness (2 Giorni)	17-18 Ottobre
Organizzazione dello Stile di Vita e Nutrizione (2 Giorni)	06-07 Novembre
Note di Psicologia Relazionale e Marketing (1 Giorno)	08 Novembre
Discussione Finale Tesi Sperimentale	12 Dicembre
Eventi Accessori	14 Giugno - 13 Dicembre
Tirocinii	Da concordare

## INFORMAZIONI ACCESSORIE

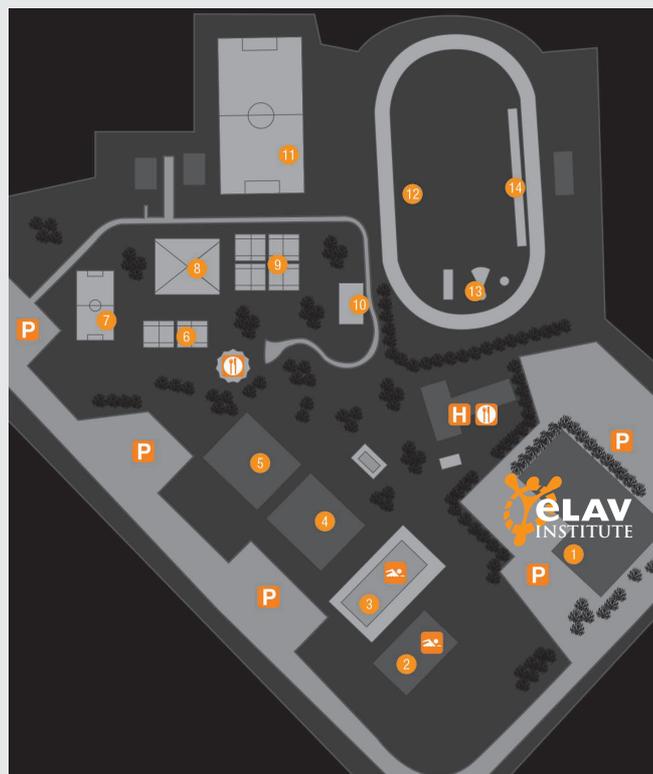
- Il Master è rigorosamente a numero chiuso e riservato a un numero di iscritti compreso tra 15 e 20.
- In caso di superamento del numero massimo di posti disponibili verrà data priorità in base al curriculum e richiesto un possibile colloquio in video conferenza per ulteriore selezione del candidato.
- Durante il master sono previsti tirocinii operativi in modalità e date da concordare con i singoli studenti.
- La tesi sperimentale verrà costruita in larga parte durante lo svolgersi del master stesso. Una volta discussa potrà essere presentata agli eventi congressuali ELAV e valutata per una eventuale pubblicazione.
- Sono previste partecipazioni facoltative attive ad eventi fieristici e manifestazioni di interesse.
- Sono attive apposite convenzioni per vitto e alloggio.

# ELAV INSTITUTE

## Il motore di ELAV

L'UNICITÀ E LA QUALITÀ DEL PROGETTO ELAV SONO BASATE SULL'ELAV INSTITUTE.

L'Institute si trova a nord della verde Umbria al centro della cittadella sportiva di Città di Castello (PG) ritenuta, grazie alla sua impiantistica sportiva, una delle più importanti e complete d'Italia. La struttura dispone di un laboratorio di ricerca e didattica dedicato alle scienze motorie, nonché di una sala per lezioni teoriche fino a 40 posti. Al suo interno accoglie un centro fitness/sport/medical quotidianamente operativo tramite il quale è possibile sviluppare progetti e didattiche pratico-applicate, per un'esperienza indimenticabile. Grazie agli investimenti interni, alla firma di importanti partnership e convenzioni con Istituti Universitari e Partners Tecnici tra i più prestigiosi del continente, l'ELAV Institute vanta l'onore di essere uno dei più attrezzati e all'avanguardia d'Europa. Grazie all'Institute, ELAV è in grado di mettere a disposizione un ambiente completo e quotidianamente operativo nel quale poter studiare e applicare tirocini su centinaia di soggetti dell'area fitness, sport e medical. L'Institute realizza continuamente progetti in autonomia o in collaborazione con Aziende, Federazioni Sportive Nazionali o gli stessi Istituti Universitari in partnership, progetti che vanno ad arricchire l'ineditticità e l'innovazione dell'offerta formativa e consulenziale. A fianco della sede si trova inoltre il più importante Hotel della città, appositamente convenzionato.



- |   |                              |    |                             |
|---|------------------------------|----|-----------------------------|
| 1 | ELAV institute               | 8  | Tennis in sintetico coperti |
| 2 | Piscina Coperta              | 9  | Tennis in terra battuta     |
| 3 | Piscina olimpionica scoperta | 10 | Campo da beach volley       |
| 4 | Palazzetto dello sport B     | 11 | Campo da calcio             |
| 5 | Palazzetto dello sport A     | 12 | Pista di atletica           |
| 6 | Tennis in terra battuta      | 13 | Zona lanci                  |
| 7 | Campo da calcetto sintetico  | 14 | Pedana salti                |



Visita il sito [www.elav.eu](http://www.elav.eu) per tutte le informazioni dettagliate ed aggiornate

Viale Aldo Bogni 94/B  
06012 Città di Castello (PG)  
[www.elav.eu](http://www.elav.eu) - T. 333 54 35 461 - [info@elav.eu](mailto:info@elav.eu)