

CORSI UFFICIALI PER PROFESSIONISTI DEL FITNESS E DEL BENESSERE

FIF ACADEMY

I diplomi rilasciati dalla Federazione Italiana Fitness sono riconosciuti dalla Federazione Istruttori Fitness e da A.S.I. Associazioni Sportive Sociali Italiane, ente di promozione sportiva legalmente riconosciuto dal C.O.N.I. e dai Ministeri dell'Interno e del Lavoro. Le certificazioni rilasciate hanno valore internazionale e sono riconosciute dall'E.F.A. European Fitness Association e dall'IDEA Health & Fitness Association.



Segreteria didattica Centro Studi La Torre s.r.l.
Via Paolo Costa 2, 48121 Ravenna

tel. 0544 34124 • email fif@fif.it



Tutti i corsi sono riconosciuti dal MIUR
e acquistabili con la Carta Docente



PERSONAL TRAINER

Diplomi riconosciuti da



DOPPIO DIPLOMA PER IL PERCORSO DI PERSONAL TRAINER CHE SI COMPLETA CON IL FUNCTIONAL TRAINING

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico + video didattico

IN PRESENZA

Milano
P. Rocuzzo 17-18 maggio
L. Dalseno 24-25 maggio
14-15 giugno
21-22 giugno

Parma
M. Ravagli 17-18 maggio
L. Dalseno 14-15 giugno
21-22 giugno
28-29 giugno

Ravenna (corso intensivo)
M. Ravagli dal 21 agosto
L. Dalseno al 27 agosto

Padova
M. Ravagli 20-21 settembre
L. Dalseno 4-5 ottobre
11-12 ottobre
18-19 ottobre

Napoli
D. Berni 11-12 ottobre
S. Roberto 18-19 ottobre
25-26 ottobre
8-9 novembre

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi
Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★
tutor selezionabile tra il team docenti dell'Academy FIF

Quota online
660€

528€ SOCIO GOLD

Quota presenza*
515€ anziché 715€

ISTRUTTORE DI FITNESS E BODY BUILDING

Diplomi riconosciuti da



PER CREARE PROGRAMMI DI TONIFICAZIONE, CIRCUIT TRAINING, CARDIO FITNESS E BODY BUILDING

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico + video didattico

IN PRESENZA

Cagliari
F. Pani 5-6 aprile
12-13 aprile
10-11 maggio

Roma
M. Orrù 10-11 maggio
17-18 maggio
14-15 giugno

Ravenna (corso intensivo)
M. Ravagli dal 28 luglio
al 2 agosto

Milano
P. Rocuzzo 6-7 settembre
20-21 settembre
27-28 settembre

Salerno
D. Berni 13-14 settembre
20-21 settembre
27-28 settembre

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi
Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★
tutor selezionabile tra il team docenti dell'Academy FIF

Quota online
560€

448€ SOCIO GOLD

Quota*
428€ anziché 595€

* Sconto Socio Gold FIF e iscrizione 30 giorni prima dell'inizio del corso

Academy

Postural One to One



allenamento posturale integrato per il controllo e miglioramento delle principali patologie della colonna vertebrale

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione



SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
230€

184€ SOCIO GOLD

NEW Allenamento per over in sala pesi



tecniche e schede di allenamento in sala pesi per l'utenza senior

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

IN PRESENZA

Parma 10–11 maggio M. Ravagli

Quota*
180€ anziché 250€

Allenamento in gravidanza e post parto



Le tecniche e le strategie allenanti mirate al periodo pre e post parto nel rispetto dei principali cambiamenti e dei vissuti psico-emotivi della donna

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni



SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Ravenna 15–16 marzo
R. Babini 29–30 marzo

Quota*
389€ anziché 540€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è sempre disponibile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
525€

420€ SOCIO GOLD



Forza e Ipertrofia

tecniche, schede di allenamento e periodizzazione della forza e dell'ipertrofia nel bodybuilding

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online

230€

184€ SOCIO GOLD



Recupero Funzionale

il ruolo e le strategie tecnico applicative del PT nella fase di rieducazione post-traumatica

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online

230€

184€ SOCIO GOLD



Fitness Metabolico e Dimagrimento

metodiche e motivazioni del cardiofitness e circuiti come supporto per affrontare problematiche metaboliche e dimagranti

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Cagliari^{LIVE} 17 - 18 maggio F. Pani

Quota*

180€ anziché 250€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online

230€

184€ SOCIO GOLD



NEW Functional Body Building

Come combinare esercizi specifici per migliorare sia la performance sportiva attraverso il funzionale sia la componente estetica attraverso le peculiarità del body building

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Roma 5 - 6 aprile S. Roberto

Quota*

180€ anziché 250€

L'allenamento femminile con canoni estetici



programmazione di schede di allenamento in sala pesi e cardio

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è sempre disponibile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
230€

184€ SOCIO GOLD

Tecnico Nutrizione



linee guida e protocolli alimentari basati sulle vecchie e nuove filosofie per una corretta alimentazione e integrazione

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

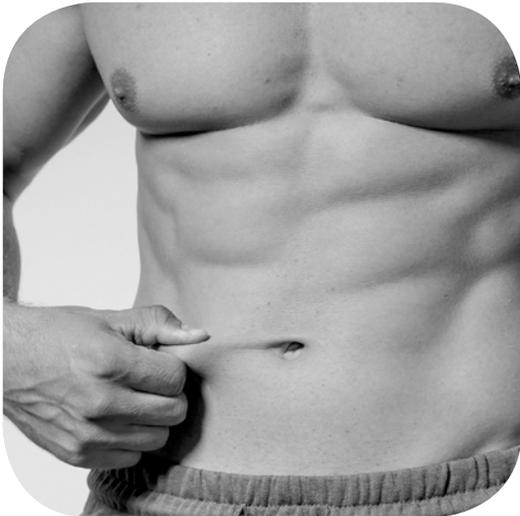
Dal momento dell'acquisto il corso è sempre disponibile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
230€

184€ SOCIO GOLD

Valutazione della composizione corporea



Dall'antropometria semplice alla pratica applicativa di plicometria ed impedenziometria

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Milano 10-11 maggio dott. G. B. Zonzini
Ravenna+LIVE 13-14 settembre dott. G. B. Zonzini

Quota*
180€ anziché 250€

NEW Analisi degli integratori alimentari per la salute e lo sport



diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Ravenna 23 agosto M. Neri

Quota*
137€ anziché 190€

FUNCTIONAL TRAINING FOUNDATION



Diplomi riconosciuti da



UN ALLENAMENTO COMPLETO CHE ALLENA LA COORDINAZIONE, L'EQUILIBRIO, LA FLESSIBILITÀ PER AUMENTARE LA PERFORMANCE E RIDURRE IL RISCHIO DEGLI INFORTUNI

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico + video didattico

IN PRESENZA

Roma	29-30 marzo	S. Roberto
Milano	24-25 maggio	L. Dalseno
Parma	14-15 giugno	L. Dalseno
Ravenna	23-24 agosto	L. Dalseno
Padova	4-5 ottobre	L. Dalseno
Napoli	18-19 ottobre	S. Roberto

Quota*
252€ anziché 350€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi
Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★
tutor selezionabile tra il team docenti dell'Academy FIF

Quota online
350€

280€ SOCIO GOLD



Kettlebell Instructor

l'esplorazione della versatilità del Kettlebell attraverso tecniche di allenamento e movimenti specifici che migliorano simultaneamente forza, flessibilità, destrezza, capacità di presa, coordinazione ed equilibrio

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico



Barbell Instructor

l'apprendimento dei modelli tecnici del bilanciere attraverso esercizi propedeutici e movimenti ausiliari per migliorare l'espressione di forza e potenza nel rispetto dei principi anatomici e biomeccanici fondamentali

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Napoli	5-6 aprile	L. Dalseno
Ravenna	10-11 maggio	L. Dalseno
Roma	17-18 maggio	S. Roberto

Quota*
208€ anziché 290€

IN PRESENZA

Ravenna	28-29 giugno	L. Dalseno
---------	--------------	------------

Quota*
208€ anziché 290€

Barbell & Kettlebell Training



l'apprendimento e l'insegnamento degli esercizi del weightlifting e lo studio dei principali esercizi del kettlebell training

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
290€

232€ SOCIO GOLD

Bodyweight & Animal Training



lo studio della biomeccanica dell'uomo attraverso la versatilità degli esercizi a corpo libero e la varietà delle andature per allenare forza e flessibilità

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Milano	12 - 13 aprile	L. Dalseno
Ravenna	5 - 6 luglio	L. Dalseno

Quota*
208€ anziché 290€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
290€

232€ SOCIO GOLD

B.C.S. System Training



un sistema completo di allenamenti basato sull'integrazione di bodyweight, clave e slamball

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
245€

195€ SOCIO GOLD



Body Weight Flow 360

con Israel Mallebre

IN ESCLUSIVA PER L'ITALIA

un nuovo programma di allenamento del movimento

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
380€

320€ SOCIO GOLD



One to One Suspension Training

l'allenamento funzionale in sospensione al centro del lavoro del PT sia di gruppo che one to one

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
180€

145€ SOCIO GOLD



Hybrid Training

l'unione scientifica di più metodologie di allenamento finalizzata a vari tipi di miglioramento: della qualità del movimento, estetico, funzionale, prestativo e alla crescita professionale

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Bologna 17-18 maggio L. Dalseno
21-22 giugno
19-20 luglio
20-21 settembre

Singolo modulo
260€

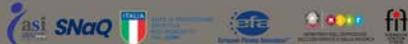
234€ SOCIO GOLD

Percorso completo
675€ Socio Gold
750€ Socio Silver

KALISTHENICS®



Diplomi riconosciuti da



LE BASI DELLA PROPEDEUTICA ALL'ALLENAMENTO CALISTENICO

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in
formato elettronico
+ video didattico

IN PRESENZA

Ravenna 9-10 agosto F. Fignagnani

Quota*
187€ anziché 260€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi
Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★
tutor selezionabile
tra il team docenti
dell'Academy FIF

Quota online
245€

195€ SOCIO GOLD



Kalisthenics 2° livello

il programma più avanzato
dell'allenamento calistenico

diploma di specializzazione
FIF/ASI o attestato
di partecipazione

**SUPPORTI
DIDATTICI**
dispensa in formato
elettronico

IN PRESENZA

Ravenna 24-25 maggio F. Fignagnani

Quota*
187€ anziché 260€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
245€

195€ SOCIO GOLD



Street powerlifting

l'unione del lavoro a corpo
libero con i pesi in funzione
dello street lifting

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Milano 14-15 giugno F. Fignagnani

Quota*
281€ anziché 390€

PILATES MATWORK

Diplomi riconosciuti da



FUSIONE DI TECNICHE ED ESERCIZI, TRADIZIONALI E INNOVATIVI,
DEL METODO PILATES

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in
formato elettronico
+ video didattico

IN PRESENZA

Roma	10-11 maggio	Milano	14-15 giugno
M. Alampi	17-18 maggio	E. Cinelli	21-22 giugno
Ravenna	17-18 maggio	Ravenna (corso intensivo)	
S. Sergi	24-25 maggio	S. Sergi	dal 3 al 6 luglio

Quota*
425€ anziché 590€

*si consiglia un'esperienza di pratica Pilates di almeno un anno

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per
6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi
Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★
tutor selezionabile
tra il team docenti
dell'Academy FIF

Quota online
590€

472€ SOCIO GOLD



Pilates Props

l'applicazione dei piccoli
attrezzi del pilates agli
esercizi del matwork
per aumentare l'intensità
con diversi livelli di sfide

diploma di specializzazione
FIF/ASI o attestato
di partecipazione

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato
elettronico



NEW Anatomia del pilates

anatomia e biomeccanica per
l'insegnante di pilates

diploma di FIF/ASI o
attestato di partecipazione

IN PRESENZA

Roma	21-22 giugno	M. Alampi
Ravenna	31 luglio - 1 agosto	E. Cinelli

Quota*
208€ anziché 290€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per
6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
290€

232€ SOCIO GOLD

IN PRESENZA

Ravenna	30 luglio	E. Cinelli R. Valbonesi
---------	-----------	----------------------------

Quota*
151€ anziché 210€

PILATES ADVANCED TRAINING

Diplomi riconosciuti da



DIDATTICA DEGLI ESERCIZI INTERMEDI E AVANZATI DEL MATWORK INTEGRATA ALL'ANALISI POSTURALE

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Roma	29-30 marzo	Bologna	20-21 settembre
M. Alampi	12-13 aprile	S. Sergi	27-28 settembre

Quota*
389€ anziché 540€

*si consiglia un'esperienza di pratica Pilates di almeno un anno

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi
Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★
tutor selezionabile tra il team docenti dell'Academy FIF

Quota online
520€

416€ SOCIO GOLD



Pilates in Gravidanza e Terza Età

le tecniche del metodo pilates applicate in gravidanza e terza età

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Napoli	5-6 aprile	M. Alampi
Roma	5-6 luglio	M. Alampi

Quota*
208€ anziché 290€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
290€

232€ SOCIO GOLD



Pilates Barre

il pilates incontra la danza in una perfetta integrazione a ritmo musicale tra la sbarra e gli esercizi di repertorio matwork

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
260€

208€ SOCIO GOLD

PILATES REFORMER

PRESENZA 

Diplomi riconosciuti da



TECNICA E DIDATTICA DELL'ATTEZZO PIÙ EMBLEMATICO DEL PILATES PER RAFFORZARE, TONIFICARE, E MODELLARE IL CORPO

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Milano 10-11 maggio
E. Cinelli 17-18 maggio

Cagliari 10-11 maggio
C. David 24-25 maggio

Padova 10-11 maggio
V. Riva 14-15 giugno

Rimini 10-11 maggio
F. Severi 17-18 maggio

Bergamo 28-29 giugno
V. Riva 12-13 luglio

Gallipoli 3-4-5-6 luglio
M. Manca

Roma (Cerveteri) dal 10 luglio
F. Severi al 13 luglio

Ravenna dal 24 luglio
E. Cinelli al 27 luglio

Milano 20-21 settembre
E. Cinelli 27-28 settembre

Quota*
504€ anziché 700€



Reformer Advanced

*Iscrizioni a numero chiuso

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Ravenna 5-6-7 settembre E. Cinelli

Quota*
468€ anziché 650€



Spine Corrector

*Iscrizioni a numero chiuso

una nuova visione dell'attrezzo per la mobilità della colonna, il rinforzo della power house e l'allungamento delle catene muscolari

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Roma 29-30 marzo F. Severi
Salerno 14-15 giugno M. Alampi
Ravenna 28-29 agosto E. Cinelli

Quota*
316,8€ anziché 440€

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

Reformer with props

*Iscrizioni a numero chiuso

l'utilizzo dei props per semplificare o incrementare la difficoltà degli esercizi del repertorio tradizionale del Pilates Reformer

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Cesena 12-13 aprile
Ravenna 4-5 agosto

V. Fabozzi
V. Fabozzi

Quota*
280,8€ anziché 390€



Reformer e patologie della colonna

adattamenti del protocollo classico al reformer in caso di problematiche muscolo-scheletriche

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Rimini 14-15 giugno

C. David

Quota*
280,8€ anziché 390€



Functional Reformer

gli schemi motori tipici del functional training integrati all'allenamento sul reformer

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Viterbo 14 luglio
Ravenna 2 agosto

F. Severi
F. Severi

Quota*
136,8€ anziché 190€



Pilates equipment circuit

come strutturare lezioni di pilates a circuito (e non solo) con l'utilizzo delle grandi macchine

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Ravenna 3 agosto

F. Severi

Quota*
136,8€ anziché 190€



PILATES CADILLAC



Diplomi riconosciuti da



TECNICA E DIDATTICA DEGLI ESERCIZI STANDARD DI UNO DEGLI ATTREZZI PIÙ SIGNIFICATIVI DEL PILATES PER IL RECUPERO FUNZIONALE E LA RIABILITAZIONE

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI
DIDATTICI**
dispensa in formato
elettronico

IN PRESENZA

Roma	12-13 aprile	V. Riva
Napoli	24-25 maggio	F. Severi
Ravenna	17-18 luglio	E. Cinelli

Quota*

324€ anziché 450€



Wunda Chair

*Iscrizioni a numero chiuso

tecnica e didattica degli esercizi standard dell'attrezzo più geniale del pilates, ispirato alla pedana di un acrobata circense per migliorare il potenziamento degli arti superiori ed eseguire esercizi del repertorio avanzato

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI
DIDATTICI**
dispensa in formato
elettronico

IN PRESENZA

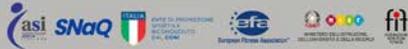
Milano	29-30 marzo	V. Riva
Rimini	28-29 giugno	F. Severi
Ravenna	30-31 agosto	E. Cinelli

Quota*

316,8€ anziché 440€

BSP BEST STRETCHING PROGRAM

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO DI PIÙ COMPLETO SULL'ALLENAMENTO DELLA FLESSIBILITÀ

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

slide in pdf per ogni
master

Il nuovo percorso FIF nasce con l'esigenza di creare una intersegmentazione di strategie e tecniche di allenamento posturale basate sul concetto ampio di FLESSIBILITÀ. Durante l'intero processo di specializzazione infatti si impareranno le tecniche e le strategie necessarie per iniziare ad aiutare i propri clienti con la pratica dello stretching assistito, stretching statico, dinamico e altro ancora, il tutto aumentando la fidelizzazione dei clienti.

Il percorso formativo si articola in quattro programmi di allenamento:

- **STRETCH AND ROLL**
- **GLOBAL POSTURAL STRETCHING**
- **NATURAL MOBILITY TRAINING**
- **STRETCH AND FLEX FLOW**

Docente: Viviana Fabozzi, istruttore per i corsi di formazione della FIF ACADEMY.

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Singolo corso
210€

190€ SOCIO GOLD

Percorso completo
550€

490€ SOCIO GOLD

* Sconto Socio Gold FIF e iscrizione 30 giorni prima dell'inizio del corso

TECNICO DI EDUCAZIONE POSTURALE

Diplomi riconosciuti da



TECNICHE PER IL RIALLINEAMENTO POSTURALE, FONDAMENTALE
NELL'ALLENAMENTO DI TUTTE LE DISCIPLINE SPORTIVE

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

**SUPPORTI
DIDATTICI**
dispensa in formato
elettronico

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE*

Ravenna* dal 28 luglio
S. Sergi al 2 agosto
M. Betti

Quota*
353€ anziché 490€

PPP POSTURAL PHYSIO PILATES

Diplomi riconosciuti da



Nasce dall'esperienza e dagli studi di Sara Sergi (fisioterapista e docente ai corsi del settore pilates e postura) un percorso tematico in cui vengono trattati argomenti d'interesse sorti durante le lezioni (a richiesta degli allievi) per approfondirli. Il percorso è diviso in 6 corsi di approfondimento tecnico acquistabili anche singolarmente:

- Pilates e pavimento pelvico
- Pilates e osteoporosi
- Pilates e lombalgia
- Pilates e coxoartrosi
- Pilates e cingolo scapolo-omeroale
- Pilates e fibromalgia

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

PERCORSO ONLINE COMPLETO (6 master)
850€ Soci Gold
950€ Soci Silver

Docente: Sara Sergi
Insegnante per i corsi di formazione della FIF ACADEMY per i settori: Pilates e Tecnico di Educazione Posturale. Laureata in Fisioterapia presso l'Università degli Studi di Trieste. Massaggiatrice sportiva.



Pilates e Pavimento Pelvico

esercizi utili a percepire e riattivare in maniera corretta questa importante zona del corpo

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
210€

190€ SOCIO GOLD



Pilates e Osteoporosi

un allenamento mirato di pilates può essere una potente risorsa per chi soffre di osteopenia e osteoporosi

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
210€

190€ SOCIO GOLD



Pilates e Lombalgia

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
210€

190€ SOCIO GOLD



Pilates e Coxoartrosi

l'uso degli esercizi pilates per aiutare le articolazioni più colpite dell'artrosi

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
210€

190€ SOCIO GOLD



Pilates e Cingolo Scapolo Omeroale

il lavoro di pre-pilates in aiuto di questa articolazione così mobile e complessa

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
210€

190€ SOCIO GOLD



Pilates e Fibromalgia

il pre-pilates a supporto delle persone affette da questa malattia reumatica

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
210€

190€ SOCIO GOLD

* Sconto Socio Gold FIF e iscrizione 30 giorni prima dell'inizio del corso

Academy

INSEGNANTE DI YOGA

(CORSO BIENNALE - 300 ORE)

Diplomi riconosciuti da



IL CORSO DI YOGA TRADIZIONALE SULLA DISCIPLINA AL QUALE SI È ISPIRATO L'INTERO SETTORE OLISTICO

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

dispensa in formato cartaceo

L'hatha yoga è la forma più diffusa e classica dello yoga dove vengono principalmente sviluppate le seguenti tematiche: asana pranayama; rilassamento; meditazione. Conosciuto anche come "yoga della forza", agisce sull'armonia del corpo e della mente.

CORSO IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

1° ANNO ACCADEMICO (2024 / 2025)

Ravenna	26 - 27 ottobre	5 - 6 aprile 2025
R. Babini	30 nov. - 1 dicembre	10 - 11 maggio 2025
C. Rizzu	11 - 12 gennaio 2025	24 - 25 maggio 2025
G. Boccali	8 - 9 febbraio 2025	21 - 22 giugno 2025
R. Valbonesi	1 - 2 marzo 2025	

Quota per anno di corso*
1044€ anziché 1450€



Il corso è riconosciuto dal MIUR ed è acquistabile con la Carta Docente



NEW Yoga wall

lo yoga alla parete, ausilio molto utile nella pratica della disciplina

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Ravenna 23-24 agosto R. Babini

Quota*
180€ anziché 250€



Teaching for hatha yoga

didattica per i corsi di hatha yoga. La disciplina in cui tutte le dualità e gli opposti mirano ad essere riuniti e a funzionare in armonia

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Ravenna^{LIVE} 13-14 settembre R. Babini

Quota*
180€ anziché 250€



Yoga Dynamic School

lo yoga per il fitness olistico, la concatenazione fluida delle posture ad un ritmo rapido e sportivo nel rispetto di una respirazione lenta e profonda

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni



SUPPORTI DIDATTICI

dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
510€

430€ SOCIO GOLD



Yoga aereo

La pratica delle posizioni dello yoga attraverso l'uso delle amache

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni



SUPPORTI DIDATTICI

dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Cesena 28 - 29 - 30 - 31 agosto
C. Rizzu

Quota*
281€ anziché 390€



Yoga per bambini

Alla scoperta dello yoga attraverso giochi, favole e circuiti per bambini dai 3 ai 10-11 anni

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Ravenna 27 - 28 - 28 giugno
R. Valbonesi

Quota*
389€ anziché 540€



Anatomia esperienziale in movimento

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

ANATOMIA ESPERIENZIALE IN MOVIMENTO
PER BAMBINI

Ravenna 13 - 14 settembre R. Valbonesi

ANATOMIA ESPERIENZIALE IN MOVIMENTO
PER ADULTI

Ravenna 27 - 28 settembre R. Valbonesi

Quota singolo corso*
180€ anziché 250€

Entrambi i corsi
330€

Insegnante di Tessuti Aerei 1° livello

tecnica e didattica per poter insegnare acrobatica aerea (tessuti/corda)

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

Insegnante di Tessuti Aerei 2° livello

il livello avanzato per l'insegnamento con i tessuti aerei

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

Programmazione dell'allenamento aereo

concetti base per programmare i diversi piani di allenamento a breve e a lungo termine con le amache

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

Pilates Aereo

gli esercizi del pilates matwork incontrano l'allenamento in sospensione con l'amaca per migliorare postura e coordinazione

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA

Rimini 23-24 agosto
6-7 settembre

M. Belletti

Quota*
302€ anziché 420€

IN PRESENZA

Rimini 12-13 aprile
Rimini 4-5 ottobre

M. Belletti
M. Belletti

Quota*
209€ anziché 290€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
190€

160€ SOCIO GOLD

IN PRESENZA

Cesena 10-11 maggio

V. Fabozzi

Quota*
209€ anziché 290€



Cerchio aereo

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Rimini 19 – 20 luglio
M. Belletti 2 – 3 agosto

Quota*
302€ anziché 420€

TECNICO DI EDUCAZIONE POSTURALE

Diplomi riconosciuti da



TECNICHE PER IL RIALLINEAMENTO POSTURALE, FONDAMENTALE
NELL'ALLENAMENTO DI TUTTE LE DISCIPLINE SPORTIVE

diploma FIF/ASI + diploma
e tesserino Tecnico
Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI
DIDATTICI**
dispensa in formato
elettronico

IN PRESENZA

Ravenna (corso intensivo) +LIVE
S. Sergi dal 28 luglio al 2 agosto

Quota*
353€ anziché 490€



Ginnastica dolce

la ginnastica di gruppo a
bassa intensità

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Ravenna 19-20 luglio S. Sergi

Quota*
180€ anziché 250€



Pilates e pavimento pelvico

esercizi utili a percepire e
riattivare in maniera corretta
questa importante zona
del corpo

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Ravenna 9 agosto S. Sergi

Quota
190€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per
6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
190€



Ginnastica ipopressiva

per apprendere le tecniche
corrette della ginnastica
ipopressiva

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA

Ravenna 10 agosto S. Sergi

Quota
190€

PROMOZIONE SPECIALE

PILATES E PAVIMENTO PELVICO
+ GINNASTICA IPOPRESSIVA Quota
340€

FITNESS GROUP E TOTAL BODY WORKOUT



Diplomi riconosciuti da



FONDAMENTI DELLE ATTIVITÀ DI GRUPPO SU BASI MUSICALI: STEP, AEROBICA E TONIFICAZIONE A CORPO LIBERO

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico + video didattico

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE*

Palermo 10 – 11 maggio
F. Amante

Ravenna* 28 – 29 giugno
M. Roda

Quota*

180€ anziché 250€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi

Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★

tutor selezionabile tra il team docenti dell'Academy FIF

Quota online

230€

184€ SOCIO GOLD



Fit Functional Kombat

un sistema di allenamento funzionale che integra le tecniche del combat e le strategie del functional training al fitness group su base musicale

diploma di specializzazione FIF/ASI o attestato di partecipazione

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online

230€

184€ SOCIO GOLD

* Sconto Socio Gold FIF e iscrizione 30 giorni prima dell'inizio del corso

Academy

NEW Upper body workout

un allenamento per migliorare la forza del tronco e degli arti superiori

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E DIRETTA LIVE*

Ravenna* 30 agosto M. Roda

Quota*
105€ anziché 145€



Step basic

costruzioni coreografiche di livello base

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E DIRETTA LIVE*

Ravenna* 31 agosto M. Roda

Quota*
105€ anziché 145€



Total body band

il total body workout con l'uso di elastic band e mini band

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E DIRETTA LIVE*

Bologna* 20 settembre M. Roda

Quota*
105€ anziché 145€



Total body ball

il total body con l'utilizzo di soft ball e fit ball

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E DIRETTA LIVE*

Bologna* 21 settembre M. Roda

Quota*
105€ anziché 145€





Baby Fitness

metodologie di allenamento per il fitness group rivolto ai bambini dai 5 ai 10 anni

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
200€

160€ SOCIO GOLD



NEW GAG + HITT

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE*

Ravenna*		
GAG	5 luglio	V. Fabozzi
HIIT	6 luglio	V. Fabozzi

Quota singolo corso*
104€ anziché 145€

Quota per i due corsi*
180€ anziché 250€



Fitness Dance

Allenarsi non è mai stato così semplice e divertente! Un Equilibrio perfetto tra danza e fitness.

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Silla (BO) ^{LIVE}	10-11 maggio	M. Roda
----------------------------	--------------	---------

Quota*
180€ anziché 250€



Functional Step Advanced

strategie e metodiche per creare sequenze di allenamento funzionale con l'utilizzo dello step

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Tecnico Nazionale ASI/Coni

 **SUPPORTI DIDATTICI**
dispensa in formato elettronico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

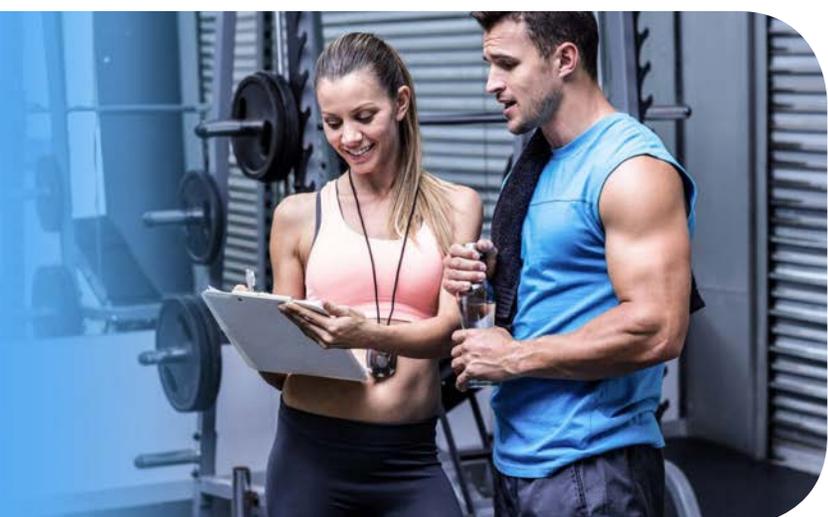
Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
190€

152€ SOCIO GOLD

PREPARATORE ATLETICO

Diplomi riconosciuti da



METODOLOGIE DI ALLENAMENTO PER MIGLIORARE LE PRESTAZIONI DI TUTTE LE TIPOLOGIE DI ATLETI

diploma FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico + video didattico

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi

Pc
Tablet
Smartphone

Tutoraggio ★

tutor selezionabile tra il team docenti dell'Academy FIF

Quota online
510€

430€ SOCIO GOLD

NEW Mental coach e la gestione dello sport di squadra



diploma di specializzazione FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN DIRETTA LIVE

Diretta live 7 giugno

P. Rocuzzo

Quota*
137€ anziché 190€

NEW Mental coach e la gestione dell'infortunio



diploma di specializzazione FIF/ASI + diploma e tesserino Tecnico Nazionale ASI/Coni

IN DIRETTA LIVE

Diretta live 8 giugno

P. Rocuzzo

Quota*
137€ anziché 190€

WELLNESS AND NUTRITION COUNSELOR

Diplomi riconosciuti da



CORSO SULLA NUTRIZIONE E TECNICHE ANTISTRESS, COME AGISCONO SULL'EFFICACIA DELL'ALLENAMENTO E SU UN CORRETTO STILE DI VITA

diploma FIF/ASI

SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in
formato elettronico
+ video didattico

Il corso è composto da 8 moduli di apprendimento. È disponibile in modalità online e ogni modulo prevede la visione di video con il docente che tratta della tematica in argomento. Dove previsto, a supporto dello studio è disponibile il materiale didattico nella forma di dispense o slide del modulo.

- 1° MODULO — Stress, tecniche di rilassamento e gestione della respirazione
- 2° MODULO — Alimentazione: equilibrio di corpo e mente
- 3° MODULO — Integratori alimentari
- 4° MODULO — Le principali tecniche estetiche di supporto all'attività fisica
- 5° MODULO — Fitoterapia applicata allo sport
- 6° MODULO — Dal carrello alla tavola: conoscere per scegliere consapevolmente
- 7° MODULO — Performance Nutrition: cosa mangiare prima e dopo l'esercizio fisico
- 8° MODULO — Super Food, prevenzione a tavola

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online 1 modulo
140€

120€ SOCIO GOLD

Quota online 8 moduli
810€

690€ SOCIO GOLD

Tecnico nutrizione



linee guida e protocolli alimentari basati sulle vecchie e nuove filosofie per una corretta alimentazione e integrazione

diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni



SUPPORTI DIDATTICI
dispensa in formato elettronico

IN DIRETTA LIVE

Diretta live 3-4 maggio P. Rocuzzo

Quota*
180€ anziché 250€

DISPONIBILE ONLINE

Dal momento dell'acquisto il corso è visionabile per 6 mesi a partire dal primo accesso.

Dispositivi Pc | Tablet | Smartphone

Quota online
230€

184€ SOCIO GOLD

NEW I consigli nutrizionali: dalla teoria alla pratica applicativa



diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Ravenna 28 giugno G.B. Zonzini

Quota singolo corso*
137€ anziché 190€

NEW Principi di alimentazione e supplementazione nello sport



diploma FIF/ASI
+ diploma e tesserino
Technico Nazionale ASI/Coni

IN PRESENZA E IN DIRETTA LIVE

Ravenna 29 giugno G.B. Zonzini

Quota singolo corso*
137€ anziché 190€

PROMOZIONE SPECIALE

CONSIGLI NUTRIZIONALI
+ PRINCIPI DI ALIMENTAZIONE E
SUPPLEMENTAZIONE DELLO SPORT Quota
250€

I PERCORSI DI FORMAZIONE COMPLETI PENSATI DALLA FIF ACADEMY

FITNESS ACADEMY

PERCORSI COMPLETI



I diplomi rilasciati dalla Federazione Italiana Fitness sono riconosciuti dalla Federazione Istruttori Fitness e da A.S.I. Associazioni Sportive Sociali Italiane, ente di promozione sportiva legalmente riconosciuto dal C.O.N.I. e dai Ministeri dell'Interno e del Lavoro. Le certificazioni rilasciate hanno valore internazionale e sono riconosciute dall'E.F.A. European Fitness Association e dall'IDEA Health & Fitness Association.



MINISTERO
DELL'INTERNO



Segreteria didattica Centro Studi La Torre s.r.l
Via Paolo Costa 2, 48121 Ravenna

tel. 0544 34124 • email fif@fif.it



CARTA
del DOCENTE



Tutti i corsi sono riconosciuti dal MIUR
e acquistabili con la Carta Docente



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

PERSONAL TRAINER + FITNESS E BODY BUILDING + FUNCTIONAL TRAINING

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER L'ISTRUTTORE DI QUALITÀ

- **PERSONAL TRAINER** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **FITNESS E BODY BUILDING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **FUNCTIONAL TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Quota
SOCIO SILVER

~~1.660~~ 1.120€

Quota
SOCIO GOLD

~~1.660~~ 990€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

ISTRUTTORE DI FITNESS E BODY BUILDING SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS

IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN ISTRUTTORE DI SALA PESI DI QUALITÀ
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO EFFETTUARE I SEGUENTI CORSI / MASTER:

- **FITNESS E BODY BUILDING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **RECUPERO FUNZIONALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **POSTURAL ONE TO ONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **FORZA E IPERTROFIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **FITNESS METABOLICO E DIMAGRIMENTO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA* • ON-LINE

- **TECNICO NUTRIZIONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **ALLENAMENTO AL FEMMINILE
CON CANONI ESTETICI** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Quota
SOCIO SILVER

2.095 1.490€

Quota
SOCIO GOLD

2.095 1.270€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

ISTRUTTORE DI FITNESS E BODY BUILDING 2° LIVELLO

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN ISTRUTTORE DI SALA PESI DI QUALITÀ
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO SEGUIRE:

▪ **FITNESS E BODY BUILDING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

OLTRE A QUATTRO DEI SEGUENTI CORSI / MASTER:

▪ **RECUPERO FUNZIONALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

▪ **POSTURAL ONE TO ONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

▪ **FORZA E IPERTROFIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

▪ **FITNESS METABOLICO E DIMAGRIMENTO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA* • ON-LINE

▪ **TECNICO NUTRIZIONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

▪ **ALLENAMENTO AL FEMMINILE CON CANONI ESTETICI** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso

TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT



Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

1.595 1.150€

Quota
SOCIO GOLD

1.595 990€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

PERSONAL TRAINER ELITE

Diplomi riconosciuti da



SNAQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN PERSONAL TRAINER DI QUALITÀ
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO EFFETTUARE I SEGUENTI CORSI / MASTER:

- **PERSONAL TRAINER** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **FUNCTIONAL TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **RECUPERO FUNZIONALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **POSTURAL ONE TO ONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **FORZA E IPERTROFIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **FITNESS METABOLICO E DIMAGRIMENTO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **TECNICO NUTRIZIONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

- **ALLENAMENTO AL FEMMINILE
CON CANONI ESTETICI** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Quota
SOCIO SILVER

2.565 1.820€

Quota
SOCIO GOLD

2.565 1.630€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

PERSONAL TRAINER SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN PERSONAL TRAINER DI QUALITÀ
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO SEGUIRE:

- **PERSONAL TRAINER** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **FUNCTIONAL TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

OLTRE A QUATTRO DEI SEGUENTI CORSI / MASTER:

- **RECUPERO FUNZIONALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **POSTURAL ONE TO ONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **FORZA E IPERTROFIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **FITNESS METABOLICO E DIMAGRIMENTO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **TECNICO NUTRIZIONE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **ALLENAMENTO AL FEMMINILE CON CANONI ESTETICI** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso

TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT



Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

2.065 1.260€

Quota
SOCIO GOLD

2.065 1.130€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza interessi aggiuntivi con PayPal

PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

FUNCTIONAL TRAINING SPECIALIST **NEW EDITION**

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO COMPLETO PER L'ISTRUTTORE DI FUNCTIONAL TRAINING
NELLA SUA VERSIONE PIÙ AGGIORNATA
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO EFFETTUARE 3 DEI I SEGUENTI CORSI:

- **FUNCTIONAL TRAINING FOUNDATION** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA
- **BARBELL INSTRUCTOR** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA
- **KETTLEBELL INSTRUCTOR** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA
- **BODYWEIGHT & ANIMAL TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

930 712€

Quota
SOCIO GOLD

930 569€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

FUNCTIONAL TRAINING SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS

IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER L'ISTRUTTORE DI FUNCTIONAL TRAINING

- **FUNCTIONAL TRAINING FOUNDATION** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **BARBELL & KETTLEBELL TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE
- **BODYWEIGHT & ANIMAL TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

~~930~~ 712€

Quota
SOCIO GOLD

~~930~~ 569€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

PILATES MATWORK SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS

IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN INSEGNANTE DI PILATES DI QUALITÀ

- **PILATES MATWORK BASIC** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **PILATES ADVANCED TRAINING** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **PILATES PROPS** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **PILATES IN GRAVIDANZA E TERZA ETÀ** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:
DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:
ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

1.710 1.327€

Quota
SOCIO GOLD

1.710 1.062€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

PILATES APPARATUS

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN INSEGNANTE DI QUALITÀ NEI GRANDI ATTREZZI DEL PILATES

- **REFORMER** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

- **CADILLAC** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

- **WUNDA CHAIR** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

- **SPINE CORRECTOR** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso

TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT



Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

~~2.030~~ 1.644€

Quota
SOCIO GOLD

~~2.030~~ 1.315€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

EDUCATORE POSTURALE ELITE

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS

IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN EDUCATORE POSTURALE DI QUALITÀ
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO EFFETTUARE I SEGUENTI CORSI / MASTER:

- **EDUCATORE POSTURALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

- **PILATES E PAVIMENTO PELVICO** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

- **PILATES E OSTEOPOROSI** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

- **PILATES E LOMBALGIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

- **PILATES E COXOARTROSI** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

- **PILATES E CINGOLO SCAPOLO OMERALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

- **PILATES E FIBROMIALGIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:
DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:
ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Quota
SOCIO SILVER

~~1.750~~ 1.200€

Quota
SOCIO GOLD

~~1.750~~ 1.020€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

EDUCATORE POSTURALE SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS

IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN EDUCATORE POSTURALE DI QUALITÀ
PER OTTENERE LA QUALIFICA È NECESSARIO SEGUIRE:

▪ EDUCATORE POSTURALE | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

OLTRE A QUATTRO DEI SEGUENTI CORSI / MASTER:

▪ PILATES E PAVIMENTO PELVICO | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

▪ PILATES E OSTEOPOROSI | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

▪ PILATES E LOMBALGIA | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

▪ PILATES E COXOARTROSI | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

▪ PILATES E CINGOLO SCAPOLO OMERALE | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

▪ PILATES E FIBROMIALGIA | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso

TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT



Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

~~1.330~~ 970€

Quota
SOCIO GOLD

~~1.330~~ 820€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI FORMAZIONE COMPLETO

POSTURAL PHYSIO PILATES

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FISICA



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER UN INSEGNANTE DI PILATES PER APPROFONDIRE I TEMI PHYSIO POSTURALI

- **PILATES E PAVIMENTO PELVICO** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE
- **PILATES E OSTEOPOROSI** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE
- **PILATES E LOMBALGIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE
- **PILATES E COXOARTROSI** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE
- **PILATES E CINGOLO SCAPOLO OMERALE** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE
- **PILATES E FIBROMIALGIA** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

~~1.260~~ 950€

Quota
SOCIO GOLD

~~1.260~~ 850€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

FITNESS GROUP 2° LIVELLO

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER IL LIVELLO AVANZATO DELL'ISTRUTTORE DI FITNESS MUSICALE

- **FITNESS GROUP E TOTAL BODY WORKOUT** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **FIT FUNCTIONAL KOMBAT** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE
- **5 MASTERCLASS PER ISTRUTTORI CON MELISSA RODA** | PROPOSTA FORMATIVA: • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso

TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT



Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

575 480€

Quota
SOCIO GOLD

575 390€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza interessi aggiuntivi con PayPal

TUTTE LE INFO



PERCORSO DI FORMAZIONE COMPLETO **FLYING BODY TRAINING®**

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FIF



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER L'ISTRUTTORE DELL'ALLENAMENTO CON LE AMACHE

- **TOTAL BODY WORKOUT AEREO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA
- **PILATES AEREO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

580 522€

Quota
SOCIO GOLD

580 376€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

FLYING BODY TRAINING® SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



SNaQ



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI



European Fitness Association®



MINISTERO DELLA ISTRUZIONE,
DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA



FEDERAZIONE
ITALIANA
FITNESS

IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER L'ISTRUTTORE DELL'ALLENAMENTO CON LE AMACHE

▪ **TOTAL BODY WORKOUT AEREO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

▪ **PILATES AEREO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

▪ **YOGA AEREO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA,
European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o
successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

970 785€

Quota
SOCIO GOLD

970 625€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza
interessi aggiuntivi con PayPal

TUTTE LE INFO



PERCORSO DI FORMAZIONE COMPLETO

TESSUTI AEREI SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER L'INSEGNAMENTO CON I TESSUTI AEREI

- **INSEGNANTE DI TESSUTI AEREI 1° LIVELLO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA
- **INSEGNANTE DI TESSUTI AEREI 2° LIVELLO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:
 DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
 + diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
 + Tesserino Tecnico Asi-CONI
 Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
 Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:
 ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
 + Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER
 710 639€

Quota
SOCIO GOLD
 710 459€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza interessi aggiuntivi con PayPal

* Sconto Socio Gold FIF e iscrizione 30 giorni prima dell'inizio del corso



PERCORSO DI
FORMAZIONE COMPLETO

CALISTHENIC SPECIALIST

Diplomi riconosciuti da



IL PERCORSO PIÙ COMPLETO PER L'ISTRUTTORE DI GINNASTICA CALISTHENICA

▪ **KALISTHENICS®** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

▪ **KALISTHENICS® 2° LIVELLO** | PROPOSTA FORMATIVA: • IN PRESENZA • ON-LINE

Il percorso formativo può essere seguito sia in presenza che in on-line oppure in modalità mista (a scelta libera fra presenza e on-line)

Supporti didattici:



Dispensa e video didattici (dove previsti) immediatamente disponibili in formato digitale su propria piattaforma riservata e compresi nella quota corso



Per i corsi online servizio di tutoraggio con docente federale (dove previsto)



I corsi online rimangono disponibili e visibili su propria piattaforma per ben 6 mesi a partire dal primo accesso



TITOLI RILASCIATI CONFORMI ALLA NUOVA RIFORMA DELLO SPORT

Se istruttori Gold FIF:

DIPLOMA FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ diploma finale del percorso con qualifica di alta formazione
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI
Il diploma è riconosciuto in ambito internazionale da EFA, European Fitness Association.
Puoi richiedere il diploma EFA al momento dell'iscrizione o successivamente

Se tesserati Silver FIF:

ATTESTATO FIF-ASI-CONI per ogni corso
+ Tesserino Tecnico Asi-CONI (se in possesso di qualifica)

Al completamento del percorso richiedi il tuo titolo a fif@fif.it

Quota
SOCIO SILVER

520 395€

Quota
SOCIO GOLD

520 350€

È possibile dilazionare la quota in tre rate senza interessi aggiuntivi con PayPal