

CENTRO NUOTO TORINO

LA RESPIRAZIONE

SECONDO CONVEGNO ANNUALE

Domenica
23/03/2025
8.30 - 18.00

Centro
Paideia
Via Moncalvo 1, (TO)



WWW.CENTRONUOTOTORINO.COM

CENTRO[®]
NUOTO
TORINO

IL NOSTRO PROGETTO

il **Centro Nuoto Torino** nasce nel 1963, affiliato alla Federazione Italiana Nuoto e riconosciuto dal massimo organismo sportivo italiano - il **CONI** - come società sportiva con finalità d'insegnamento e di diffusione del nuoto in tutte le sue varianti, sia in forma didattica che agonistica.

Negli anni, oltre alla didattica in vasca, il Centro Nuoto Torino si sperimenta con successo anche nella didattica di **formazione** e **informazione** con il fine di arricchire di conoscenze uno staff di collaboratori sempre più formati e competenti.

Passando da incontri riservati al personale interno alla società e visto l'entusiasmo riscontrato nei partecipanti il Centro Nuoto Torino, nell'anno 2024 propone un primo convegno, riconosciuto dalla Federazione Italiana Nuoto come **corso valido al fine dell'aggiornamento del brevetto federale**, dal titolo: LE COORDINATE DELLA COORDINAZIONE. DISPRASSIA E COORDINAZIONE MOTORIA.
evento sostenuto anche da **AIDEE**.

Grandi sono i progetti per l'anno entrante!

La **seconda edizione** del nostro convegno sarà caratterizzata da un team di docenti e relatori specializzati su un argomento quanto mai fondamentale non solo per l'attività sportiva ma per la vita quotidiana e lavorativa: LA RESPIRAZIONE.

Con l'onore di avere come ospite **Benedetta Pilato**, avremo modo di affrontare l'argomento sotto varie sfaccettature che renderanno consapevole un gesto automatico: **respirare!**

23 Marzo 2025 - Torino

L'evento, riconosciuto da



ha valenza di aggiornamento quadriennale per i tecnici in possesso di qualifica istruttore e conferisce 1 credito snaq per le conoscenze ai tecnici in possesso di una qualifica snaq (aiuto allenatore, allenatore, allenatore capo)



DOCENTI E RELATORI

Fisiologia

- Dott. Meli - Medico Anestesista Rianimatore , Specialista in medicina subacquea e iperbarica

Osteopatia

- Dott. Galea - Osteopata e docente regionale per la Federazione Italiana Nuoto

Psicologia

- dott.ssa Oliveti - Mental Health & Mind-body integration specialist

Cantoterapia

- Dott.ssa Nocilla - Infermiera specializzata in terapia complementare

Yoga

- Prof.ssa Zanon - Allenatrice di Nuoto e acqua fitness, insegnante di yoga

Psicologia della crisi

- Dott. Furlanetto - Psicologo, socio fondatore del Nuovo Centro Clinico

Allenamento

- Prof. Guerra - Docente Nazionale presso la Federazione Italiana Nuoto

Intervista

- Benedetta Pilato - Atleta azzurra, due partecipazioni olimpiche 2021 e 2024

Teatro

- prof.ssa Baiano - insegnante di teatro e coordinatrice della Scuola di Teatro della Casa del Teatro ragazzi e giovani

Meditazione

- dott.ssa Cittaro - insegnante di yoga e meditazione, specializzata nello yoga del respiro e yoga therapy

INFO E ISCRIZIONI

Quota di partecipazione 80 euro. Iscrizioni aperte dal 01/01/2025 fino a esaurimento posti. Rilascio di attestato di partecipazione.

iscrizioni: formazione@centronuototorino.com

INTERVENTI

Fisiologia - Dott. Meli

- L'apparato respiratorio: cenni anatomici e il suo funzionamento

Osteopatia - Dott. Galea

- Una corretta respirazione; trucchi e strategie per il benessere psico-fisico

Psicologia - dott.ssa Oliveti

- Respiro e Emozioni: la Paura

Cantoterapia - Dott.ssa Nocilla -

- Il suono come veicolo e la respirazione che si sente

Yoga - Prof.ssa Zanon

- La respirazione profonda, esercizi applicabili

Psicologia della crisi - Dott. Furlanetto

- Respiro e Emozioni: l'esperienza dello PsicoSoccorso

Allenamento - Prof. Guerra

- La Respir-Azione

Intervista - Benedetta Pilato

- Attimi che tolgono il fiato

Teatro - prof.ssa Baiano

- La respirazione come elemento comunicativo. Respiro quindi comunico.

Meditazione - dott.ssa Cittaro

- Consapevolezza e gestione del presente attraverso il respiro.

ORARIO

Accredito ore 8.15

Inizio lavori 8.30 - Fine lavori previsto 18.30

L'evento, riconosciuto da 

ha valenza di aggiornamento quadriennale per i tecnici in possesso di qualifica istruttore e conferisce 1 credito snaq per le conoscenze ai tecnici in possesso di una qualifica snaq (aiuto allenatore, allenatore, allenatore capo)

**CENTRO
NUOTO
TORINO**