

Dopo più di venti anni di storia il TACFIT esce con la sua certificazione di livello 1 e 2, "100% in italiano con l'opzione di realizzarla 100% in streaming".

Rinnovando e migliorando completamente il formato e il contenuto, offre ai nostri alunni più qualità, più ore di formazione e di preparazione.

Ora il tacfit si adatta alle necessità dei professionisti della salute, del Fitness e dello Sport, attuando la certificazione in lingua madre per non perdere nessun dettaglio.

Avendo l'opzione di realizzarla 100% in streaming o live, il percorso è integrato ulteriormente da workshops pratici seguiti dal Team formativo in location specifiche. Tacfit, conosciuto come il sistema di allenamento più intelligente del mondo si converte anche nel sistema di formazione più versatile e di migliore qualità, perché il nostro principale obiettivo è permettere di apprendere per poter ulteriormente

aiutare a migliorare la salute e il rendimento dei nostri alunni.

Grazie al nuovo sistema educativo composto da un ampio contenuto disponibile per te nella piattaforma web, Ora puoi apprendere le basi del tacfit, preparare i test specifici per la certificazione e migliorare le tue abilità come istruttore.

Mettiamo a tua disposizione il nostro team tecnico che sia lavorando dal vivo che in remoto ti aiuterà a risolvere i dubbi, a pulire i dettagli tecnici e quindi di essere supportato durante il tuo percorso di istruzione.

Cosa offriamo?

## PROGRAMMA

- basi di biomeccanica per capire il movimento umano: salutare, effettivo ed efficace.
- spiegazione del processo di

apprendimento e di come migliorare l'insegnamento per poter modificare, aggiustare o cambiare gli schemi motori fondamentali, e così aumentare il livello di salute dei nostri alunni e sportivi.

- capire la respirazione è il suo funzionamento, come sistema di controllo dello stress, come sistema per regolare l'intensità e la fatica, e per migliorare ed ottimizzare il recupero e l'apprendimento motorio.

- il programma tacfit26, che comprende più di 100 allenamenti con più di 400 esercizi diversi, utilizzando il peso corporeo, kettlebells, clubbells, slambags e altri allenamenti complementari tra questi. Tutti questi attraverso progressioni e regressioni adeguatamente adattati alle necessità degli alunni, e includendo esercizi specifici di mobilità, preparazione e compensazione.

- 52 flows basici di preparazione e compensazione
- 52 allenamenti specifici di forza, attivazione e compensazione, che potrai adattare alle necessità individuali e collettivi degli alunni.
- il qualification test nei tre livelli di lavoro : regressione-recruit-istruttore
- accesso all'accademia di tacfit, dove sono disponibili tutta la programmazione per la certificazione e il contenuto formativo, così come l'accesso delle registrazioni dei diversi workshop svoltisi nel percorso di certificazione.

Accademia di preparazione: on-line Programma completo l'allenamento delle 8 settimane, specifico per migliorare il tuo rendimento e la conoscenza del tacfit.

Workshop di certificazione: on-line e live.

## DATE E PREZZI

- 17 di aprile dalle ore 9 alle ore 14 (livello 1 e 2) e dalle ore 15:30 alle ore 18:30 (livello 2)
- 15 di maggio dalle ore 9 alle ore 14 (livello 1 e 2) e dalle ore 15:30 alle ore 18:30 (livello 2)
- 18 di giugno dalle ore 16 alle ore 19 (livello 2)
- 19 e 20 di giugno dalle ore 9 alle ore 18 (livello 1 e livello 2)

Prezzi:

Nuova certificazione: € 890

Retest: € 250

Ex certificati ( oltre 3 anni ) € 445

Informazioni e iscrizioni:

[infotacfititalia@gmail.com](mailto:infotacfititalia@gmail.com)