



La UISP FITNESS SCHOOL è nata da oltre dieci anni presso il Comitato UISP di Palermo grazie ad un gruppo di Tecnici di diverse Leghe con esperienze di livello nazionale. Si occupa di formazione del personale tecnico nei settori del fitness e wellness, oltre che dell'organizzazione di eventi del settore. Dal 1998 ad oggi ha formato oltre ha formato più di 900 istruttori. Dal settembre 2008 ad oggi ha formato oltre 150 tecnici nelle più svariate discipline.

PER DARE MAGGIORE QUALITA' ai propri corsi e presentare discipline sempre nuove, ha scelto negli anni di collaborare con *presenter* di fama nazionale ed internazionale: GIL LOPEZ, BORIS BAZZANI, GIORGIO RADICI, GIUSEPPE ORIZZONTE, SIMONE DA PRATO, SILVIA JANE', GIACOMO PICCOLI-, ARY MARQUES.

Nel Maggio 2009 ha organizzato il 1° "Sicilia Festival, danza sport fitness wellness", una manifestazione di risalto nazionale, alla quale hanno partecipato appassionati di tutto il territorio regionale e nazionale, *presenter* di fama nazionale ed internazionale che hanno proposto oltre 50 lezioni, dall'hip hop allo step, dal walking al Pilates.

Quest'anno la UISP FITNESS SCHOOL , per mantenere alto il livello e la qualità dei propri corsi, ha ampliato il proprio staff di formatori, collaborando con professionisti che si occupano di ricerche in materia di Scienze delle Attività Motorie e insegnanti specializzati nelle più svariate discipline.

CORSI DI FORMAZIONE 2009-2010

▪ **NATURAL BODY BUILDING - 1° Livello**

1ª SESSIONE: 24-25 Ottobre 2009
7-8/14-15 Novembre 2009

2ª SESSIONE: 6-7/13-14/20-21 Marzo 2010

PROGRAMMA TEORICO-PRATICO

- Principi di Anatomia dell'apparato locomotore.
- Principi di Fisiologia umana e correlazioni con l'esercizio fisico, lo sviluppo della forza e l'ipertrofia muscolare.
- Principi di Biomeccanica.
- Principi di Scienza dell'Alimentazione, della Nutrizione e Supplementazione.
- Teorie e metodologie dell'allenamento sportivo: la periodizzazione dell'allenamento.
- Composizione corporea, metabolismo basale e da esercizio fisico: principi di Bioenergetica.
- Casi clinico-sanitari e controindicazioni nella pratica dell'esercizio fisico.
- Il primo soccorso

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea che abbiano compiuto i 18 anni. I partecipanti devono aver praticato per almeno un anno la disciplina in oggetto. Costituisce titolo di favore per l'ammissione al corso il diploma ISEF e l'iscrizione alla Facoltà di Scienze Motorie.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno l'attestato di TECNICO di NATURAL BODY BUILDING - 1° Livello. Sono rilasciati i crediti formativi agli studenti della Facoltà di Scienze Motorie.

DURATA DEL CORSO

3 Week con esame teorico pratico finale.

STAFF FORMATORI

Dott. Mario Veca, Dott. Massimo Salzano, Istr. Giovanni Verace.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 420,00.

▪ **NATURAL BODY BUILDING - 2° Livello**

1ª SESSIONE: 19-20 Dicembre 2009
16-17-23 Gennaio 2010

2ª SESSIONE: 15-16/22-23-29 Maggio 2010

PROGRAMMA TEORICO- PRATICO

- Principi di Fisiologia applicata all'esercizio fisico: il livello d'attività fisica, la classificazione fisiologica degli sport ed i meccanismi esoergonici.
- Principi di Biomeccanica dinamica applicata.
- Alimentazione e supplementazione riferita alla pratica sportiva.
- Il doping: la normativa nazionale ed internazionale e gli aspetti sanitari (Dott. Parisi 2 ore)
- Casi clinico-sanitari e controindicazioni nella pratica dell'esercizio fisico.
- Principi di ginnastica preventiva e compensativa.
- Teorie e metodologie dell'allenamento sportivo: la periodizzazione dell'allenamento, lo sviluppo della forza muscolare, l'ipertrofia, i test di valutazione dei fattori fisiologici correlati alla performance.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea che abbiano compiuto i 18 anni. Costituisce titolo di favore per l'ammissione al corso il diploma ISEF e l'iscrizione alla Facoltà di Scienze Motorie. È necessario possedere una certificazione di Tecnico di 1° livello di qualsiasi ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno l'attestato per TECNICO di NATURAL BODY BUILDING - 2° Livello. Sono rilasciati i crediti formativi agli studenti della Facoltà di Scienze Motorie.

DURATA DEL CORSO

Cinque giorni con esame teorico-pratico finale.

STAFF FORMATORI

Dott. Mario Veca, Dott. Massimo Salzano, Dott. Antonino Parisi, Istr. Giovanni Verace

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 400,00.

▪ **CORSO per TECNICO di SALA CORSI (AEROBICA-STEP E TONIFICAZIONE - 1° e 2° Livello)**

1ª SESSIONE: 24-25 Ottobre 2009

7-8/14-15/20-21/28-29 Novembre 2009

12-19 Dicembre 2009

2ª SESSIONE: 6-7/13-14/20-21 Marzo 2010

10-11/ 17-18 Aprile 2010

8-9 Maggio 2010

PROGRAMMA TEORICO

- Principi di Anatomia dell'apparato locomotore (4 ore).
- Principi di Fisiologia umana e correlazioni con l'esercizio fisico (3 ore).
- Principi di Biomeccanica.
- Composizione corporea, metabolismo basale e da esercizio fisico: principi di Bioenergetica.
- Principi di Scienza dell'Alimentazione e della Nutrizione.
- Il doping: cenni.
- Casi clinico-sanitari e controindicazioni nella pratica dell'esercizio fisico.
- Il primo soccorso.

PROGRAMMA TEORICO-PRATICO

- **Prima parte** : La figura dell'insegnante. La musica. Cueing, Passi base (Aerobica e step). Struttura di una lezione. Tecnica e psicologia dell'insegnamento
- **Seconda parte**: La coreografia e metodi più usati. Sistemi di insegnamento avanzati, bilanciamento biomeccanico. Insegnamento a specchio. Coreografie pronte per l'uso. Applicazione allo step di tutte le tecniche usate per l'aerobica.
- **Terza parte** : Il condizionamento muscolare con e senza attrezzi (elastici, pesetti, body bar). Protocolli di lezione di total body, gag, workout. Dimagrimento e tonificazione: come programmare le lezioni .
- **Quarta parte**: Lo Stretching. Planning di un centro sportivo e differenze di stili e di lezioni
- **Quinta parte**: Esame teorico pratico.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea che abbiano compiuto i 18 anni. I partecipanti devono aver praticato per almeno un anno la disciplina in oggetto. Costituisce titolo di favore per l'ammissione al corso il diploma ISEF e l'iscrizione alla Facoltà di Scienze Motorie.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno l'attestato per TECNICO di SALA CORSI 1° -2° Livello. Sono rilasciati i crediti formativi agli studenti della Facoltà di Scienze Motorie.

DURATA DEL CORSO

6 weekend con esame teorico pratico finale.

STAFF FORMATORI

Dott. Mario Veca, Dott. Massimo Salzano, Prof.ssa Maria Rosa Camarda

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 560,00.

▪ CORSO di PERSONAL TRAINER

1ª SESSIONE: 21-22/28-29 Novembre 2009
12-13/19-20 Dicembre 2009
16-17/23-24 Gennaio 2010

2ª SESSIONE: 10-11/17-18 Aprile 2010
8- 9/15-16/29-30 Maggio 2010

PROGRAMMA TEORICO-PRATICO

- Anatomia del sistema nervoso centrale e periferico.
- Principi di Biomeccanica.
- Principi di Neurofisiologia: organizzazione corticale del movimento, il sistema vestibolare e l'equilibrio.
- Strumenti e valutazione della postura statica e dinamica.
- Il controllo motorio.
- Aspetti clinico-sanitari: paramorfismi, dimorfismi, disfunzioni temporo-mandibolari, patologie del cammino e dell'arto inferiore.
- Principi di ginnastica preventiva e compensativa.
- Presentazione di Esercizi studiati dal punto di vista anatomico, morfologico e cinesiologico, atti a rieducare i muscoli, legamenti e articolazione nonché le grandi funzioni vitali, tendenti alla ricostruzione dell'equilibrio neuro muscolare o equilibrio posturale.
- Esercizi indicati, sicuri ed efficaci, ed esercizi controindicati. Protocolli di lezioni.
- Alimentazione e supplementazione riferita alla pratica sportiva.
- Adempimenti fiscali.
- Marketing e promozione della figura del Personal Trainer.
- Elementi di promozione professionale.
- Analisi delle spese fisse e variabili.
- La specializzazione.
- La determinazione del giusto compenso.
- Aspetti psicologici.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea che abbiano compiuto i 18 anni. I partecipanti devono aver praticato per almeno un anno la disciplina in oggetto. Bisogna possedere una certificazione di Tecnico di 1° livello di qualsiasi ente di promozione sportiva. Costituisce titolo di favore per l'ammissione al corso il diploma ISEF o l'iscrizione alla Facoltà di Scienze Motorie.

REGOLAMENTO

È previsto un test d'ingresso necessario per determinare il livello di preparazione di base dei partecipanti; alle test non precluderà la partecipazione al corso.

Chi ha frequentato per la stagione 2008-2009 il corso di Body Building di 2° Livello e Ginnastica Posturale UISP potrà essere esonerato dalla frequenza della parte teorica che ha trattato nei precedenti corsi e usufruire di uno sconto di € 50,00 sull'intera quota di partecipazione.

Coloro che possiedono un attestato di 1° livello di Aerobica e Step e volessero partecipare al corso dovranno richiedere alla segreteria amministrativa un'integrazione al corso di 1° livello che gli permetta di trattare gli argomenti che non sono stati trattati nel loro corso, pagando un'integrazione di € 100,00 oltre la quota di partecipazione; tale cifra permetterà di partecipare ad un weekend di preparazione al corso di Personal Trainer.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno gli attestati di PERSONAL TRAINER e TECNICO di GINNASTICA POSTURALE. Sono rilasciati i crediti formativi agli studenti della Facoltà di Scienze Motorie.

DURATA DEL CORSO

Sei weekend con esame teorico pratico finale.

STAFF FORMATORI

Dott. Mario Veca, Dott. Massimo Salzano, Dott. Antonino Parisi, Prof. Riccardo Denaro, Dott. Ignazio Accomando, Ragioniere Mimmo Provenzano, Prof.ssa Maria Rosa Camarda.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 800,00.

▪ **TECNICO di GINNASTICA POSTURALE**

1ª SESSIONE: 21-22/28-29 Novembre 2009
12-13 Dicembre 2009

2ª SESSIONE: 10-11/17-18 Aprile 2010
15-16 Maggio 2010

PROGRAMMA TEORICO-PRATICO

- Anatomia del sistema nervoso centrale e periferico.
- Aspetti clinico-sanitari: paramorfismi, dimorfismi, disfunzioni temporo-mandibolari, patologie del cammino e dell'arto inferiore.
- Principi di Biomeccanica.
- Principi di Neurofisiologia: organizzazione corticale del movimento, il sistema vestibolare e l'equilibrio.
- Strumenti e valutazione della postura statica e dinamica.
- Il controllo motorio.
- Principi di ginnastica preventiva e compensativa.
- Presentazione di Esercizi studiati dal punto di vista anatomico, morfologico e cinesiologico, atti a rieducare i muscoli, legamenti e articolazione nonché le grandi funzioni vitali, tendenti alla ricostruzione dell'equilibrio neuro muscolare o equilibrio posturale.
- Esercizi indicati, sicuri ed efficaci, ed esercizi controindicati. Protocolli di lezione.
- Esercitazioni pratiche.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea e soprattutto a: Studenti presso le Facoltà di Medicina, Fisioterapia e Scienze Motorie, Istruttori di 1° livello di qualsiasi Federazione o Ente di promozione Sportiva, ma anche a coloro che possiedono un attestato di Masso-fisioterapista o di Stretching UISP, Medici, Diplomatici ISEF, Laureati Scienze Motorie.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno l'attestato per **TECNICO di GINNASTICA POSTURALE**. Sono rilasciati i crediti formativi agli studenti della Facoltà di Scienze Motorie.

DURATA DEL CORSO

3 weekend con esame teorico pratico finale.

STAFF FORMATORI

Dott. Mario Veca, Dott. Antonino Parisi, Prof. Riccardo Denaro, Prof. Paolo

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 420,00.

▪ **TECNICO di STRETCHING E PILATES**

1ª SESSIONE: 23-24/30-31 Gennaio 2010
6 Febbraio 2010
6 Marzo 2010

2ª SESSIONE : 22-23 Maggio 2010
5-6/12-13/26 Giugno 2010

PROGRAMMA TEORICO-PRATICO

- Anatomia dell'apparato locomotore.
- Aspetti clinico-sanitari – Cenni su paramorfismi e dimorfismi.
- Principi di Biomeccanica (2 ore).
- Principi di Neurofisiologia e del controllo motorio.
- Benefici dello stretching, Leggi dello stretching.
- Spiegazione dei vari tipi di stretching: balistico, dinamico, statico, statico attivo, pnf, c.r.a.c., c.r.s., stretching globale attivo o compensato.

- Esercitazioni pratiche.
- La respirazione, come gestire una classe in base alle differenze fisiologiche e posturali: ex sportivi, individui sotto terapia correttiva o riabilitativa, individui inattivi.
- Test di valutazione della flessibilità (2 ore).
- Esercizi indicati, sicuri ed efficaci, ed esercizi controindicati.
- Differenze tra Power Yoga e Power Stretching: esercitazioni pratiche (4 ore).
- Cos'è il Pilates e le sue tecniche (7 ore).
- Protocolli di lezione: Power Stretching, Power Yoga, Pilates.
- La figura dell'insegnante.
- Cenni teorici sulla tecnica motoria e sulla terminologia cinetica.
- Esercitazioni pratiche in funzione dell'esame.
- Esame finale teorico-pratico.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea che abbiano compiuto i 18 anni. I partecipanti devono aver praticato per almeno un anno la disciplina in oggetto. Costituisce titolo di favore per l'ammissione al corso il diploma ISEF e l'iscrizione alla Facoltà di Scienze Motorie.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno l'attestato di TECNICO di STRETCHING e PILATES. Sono rilasciati i crediti formativi agli studenti della Facoltà di Scienze Motorie.

DURATA DEL CORSO

7 giorni con esame teorico pratico finale.

STAFF FORMATORI

Dott. Mario Veca, Prof.ssa Maria Rosa Camarda, Prof. Marco La Rosa, Istr. Piero Fontana

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 450,00.

▪ CORSO PER TECNICO di PUMP e TONIFICAZIONE 23-24 GENNAIO 2010 – 1 weekend

PROGRAMMA TEORICO – PRATICO

- Introduzione al metodo
- Meccanica degli esercizi base.
- Effetti allenanti
- Musica ed esercizio
- Combinazioni e sequenze: programmazione di una lezione
- Metodi di insegnamento, masterclass.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il corso è aperto a tutti i cittadini appartenenti all'Unione Europea che abbiano compiuto i 18 anni. I partecipanti devono aver praticato per almeno un anno la disciplina in oggetto. Costituisce titolo di favore per l'ammissione al corso il diploma ISEF e l'iscrizione alla Facoltà di Scienze Motorie.

CERTIFICAZIONE CONSEGUITA:

Al termine del corso, previa verifica finale, i partecipanti conseguiranno l'attestato di TECNICO di PUMP e TONIFICAZIONE.

DURATA DEL CORSO

1 weekend con esame teorico pratico finale.

STAFF FORMATORI

Istr. Giovanni Verace, Prof.ssa Maria Rosa Camarda

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

€ 100,00.

CALENDARIO

▪ NATURAL BODY BUILDING - 1° Livello 3 weekend - 6 giornate

1ª SESSIONE: 24-25 Ottobre 2009
7-8/14-15 Novembre 2009

2ª SESSIONE: 6-7/13-14/20-21 Marzo 2010

▪ NATURAL BODY BUILDING - 2° LIVELLO 5 giornate

1ª SESSIONE: 19-20 Dicembre 2009
16-17-23 Gennaio 2010

2ª SESSIONE: 15-16/22-23-29 Maggio 2010

▪ CORSO per TECNICO di SALA CORSI 1°- 2°LIVELLO 6 weekend

1ª SESSIONE: 24-25 Ottobre 2009
7-8/14-15/20-21/28-29 Novembre 2009
12 -19 Dicembre 2009

2ª SESSIONE: 6-7/13-14/20-21 Marzo 2010
10-11/ 17-18 Aprile 2010
8-9 Maggio 2010

▪ CORSO di PERSONAL TRAINER 6 weekend

1ª SESSIONE: 21-22/28-29 Novembre 2009
12-13/19-20 Dicembre 2009
16-17/ 23-24 Gennaio 2010

2ª SESSIONE: 10-11/17-18 Aprile 2009
8-9/15-16/29-30 Maggio 2010

▪ TECNICO di GINNASTICA POSTURALE

1ª SESSIONE: 21-22/28-29 Novembre 2009
12-13 Dicembre 2009

2ª SESSIONE: 10-11/17-18 Aprile 2010
15-16 Maggio 2010

▪ TECNICO di STRETCHING e PILATES

1ª SESSIONE: 23-24/30-31 Gennaio 2010 - 6 Febbraio 2010 - 6 Marzo 2010

2ª SESSIONE: 22-23 Maggio 2010
5-6/12-13/26 Giugno 2010

▪ **CORSO per TECNICO di PUMP e TONIFICAZIONE** **1 weekend**

23-24 Gennaio 2010

REGOLAMENTO E ISCRIZIONE AI CORSI

Quota d'iscrizione

Per poter partecipare ai corsi è necessario versare una quota di €20,00 (che sarà detratta dal prezzo del corso prescelto) e compilare il modulo d'iscrizione almeno 15 giorni prima dell'inizio del corso. L'iscrizione e/o il pagamento ai corsi comporta l'accettazione del regolamento dei corsi.

Quota di Partecipazione

Versare:

- il 50% della quota rimanente il 1° giorno del corso (e presentare una foto tessera e un certificato medico non agonistico);
- La parte rimanente dovrà essere versata prima che termini il corso.

Per ulteriori informazioni sulle iscrizioni e i pagamenti contattare: Prof.ssa Maria Rosa Camarda, tel. 3341372303 – 3384032297; e-mail: evento.fitness@libero.it

La quota di partecipazione comprende anche tutto il materiale didattico.

Annullamenti

La segreteria organizzativa si riserva il diritto di annullare i corsi qualora non si raggiunga il numero minimo di iscritti: 6 iscritti per i corsi di formazione di: Body building 1°- 2° livello, Tecnico di Sala Corsi (Aerobica e Step 1°- 2° livello), 12 iscritti per tutti gli altri corsi.

In tal caso si provvederà al rimborso totale delle quote già versate.

Rinunce

In caso di rinunce ai corsi, la segreteria organizzativa provvederà al rimborso della restante quota corrisposta, qualora la rinuncia venga comunicata entro 15 giorni dall'inizio del corso.

Nessun Rimborso

- **Se la rinuncia non viene comunicata entro i suddetti termini.**
- **Se il corso viene interrotto senza un motivo valido (in caso contrario la segreteria potrà far recuperare il corso a data da definirsi senza perdere la quota versata.**
- **La quota d'iscrizione non è rimborsabile.**

Frequenza obbligatoria

È obbligatorio frequentare almeno il 75% delle lezioni per i corsi di Specializzazione e l'80% delle lezioni per tutti gli altri corsi; chi non avrà effettuato una frequenza minima di lezioni non avrà diritto all'esame finale.

L'assenza alle lezioni per motivi validi, non comprometterà il corso in quanto il corsista avrà la possibilità di frequentare a data da definirsi, senza perdere le quote versate.

Tirocinio

Tutti gli iscritti ai corsi, superato l'esame finale, sono obbligati ad effettuare 30 giorni di tirocinio prima di poter ritirare l'attestato.

Il tirocinio sarà svolto presso le nostre sedi sportive associate in tutto il territorio nazionale o in sedi scelte dal corsista

Al termine del tirocinio il responsabile della sede sportiva dovrà rilasciare un certificato dell'avvenuto tirocinio da consegnare al momento del ritiro dell'attestato.

È possibile essere esonerati da tale tirocinio in casi particolari, o qualora la Commissione e la Direzione della Formazione lo ritengano opportuno.

Mancato superamento dell'esame finale

Il corsista potrà ripetere l'esame gratuitamente entro un anno, dandone comunicazione scritta alla segreteria organizzativa entro 15 giorni prima dell'inizio di un nuovo corso.

Sede – Date

La sede dei corsi sarà comunicata 10 giorni prima dell'inizio del corso. Le date possono subire delle variazioni, si prega di verificare gli aggiornamenti visitando il sito web: www.uispa.it, www.uisp-sicilia.it, www.emagister.com (sez. corsi sport e tempo libero – UISP. UNIONE ITALIANA SPORT PER TUTTI). Su Facebook: gruppo UISP Fitness School, oppure contattando il 334-1372303.

Pacchetti sconto

Tutti i tesserati UISP e gli studenti della Facoltà di Scienze Motorie avranno uno sconto di 20 euro sull'intera quota del corso. Tutti coloro che frequenteranno più corsi in una stagione avranno uno sconto di € 30,00, solo per i corsi di Ginnastica Posturale e Stretching&Pilates.

I pacchetti sconto non sono cumulabili.

Segreteria Organizzativa

UISP FITNESS SCHOOL presso UISP SICILIA, via Bari 52, 90133 Palermo. Tel. 341-372303

STAFF FORMATORI

Dott. Massimo Salzano

Dottore in Medicina dello Sport e Medico della Federazione Italiana Sport Disabili (FISD), Direttore Tecnico del Poliambulatorio "Centro Mediterraneo" Palermo, Medico sociale Maratona di Palermo, Medico sociale NPP Basket, Medico Sociale SS Fincantieri Palermo, da anni Docente ai Corsi di Formazione per l'UIISP di Palermo e per i Corsi di Formazione Regionale (Comunità Europea).

Dott. Antonino Parisi

Dottore in Medicina dello Sport è il Responsabile dell'Ambulatorio di Medicina dello Sport" presso l'Università degli Studi di Palermo. E' attualmente iscritto alle seguenti società scientifiche: F.M.S.I. (Federazione medico sportiva italiana); S.I.C. Sport (Società Italiana di cardiologia dello sport); è autore di numerose pubblicazioni su riviste nazionali e conta più di 60 partecipazioni a Congressi Nazionali ed Internazionali.

Dott. Mario Veca

Dottore di Ricerca in Scienze delle Attività Motorie. Docente Corsi SISIS ind. 10 Scienze Motorie. Si occupa di Ricerca nel Settore Scientifico della Fisiologia applicata e della Valutazione Funzionale presso l'Istituto di Fisiologia di Palermo.

Prof.ssa Maria Rosa Camarda

Diplomata presso l'ISEF di Palermo è responsabile provinciale per il settore Ginnastica Aerobica e Step della Lega Fitness-Ginnastica UISP di Palermo, collabora con i migliori tecnici del settore e con le più conosciute Federazioni per la realizzazione di eventi, aggiornamenti tecnici; da anni è docente nei Corsi di Formazione UISP di Palermo.

Prof. Riccardo Denaro

Diplomato presso l'ISEF di Palermo, allenatore di Ju-Jitsu, Massaggiatore Sportivo presso l'E.N.F.A.P. di Firenze, diplomato in Osteopatia presso il CERDO di Roma, è iscritto al R.O.I. Da anni è docente nei Corsi di Formazione UISP di Palermo.

Istr. Gianfranco Verace

Istruttore di Body Building e Fitness, Presidente della Lega Fitness-Ginnastica per l'UIISP Sicilia, da anni è docente ai Corsi di Formazione per l'UIISP di Palermo.

Prof. Marco La Rosa

Diplomato presso l'ISEF di Palermo, Chinesiologo iscritto all'U.N.C. è Allenatore, Istruttore, Giudice di Gara in diverse discipline dall'Atletica alla Pallacanestro; dopo studi e corsi di Formazione in Italia e all'estero sulle discipline di allungamento entra nello staff di formatori per l'UIISP di Palermo.

Istr. Pietro Fontana

Formatosi grazie al Karate, di cui è stato agonista e ora insegnante, entra nel mondo del fitness nel 2000 e si afferma nel panorama cittadino specializzandosi in Stretching e Power Yoga. Studente alla facoltà di Scienze Motorie, negli anni ha ampliato le sue conoscenze (F.R.L., Body Building & Fitness, Ginnastica Posturale), e, ultimamente, ha completato la formazione in Body Balance e Pilates. Da due anni è docente nei corsi di formazione per l'UIISP di Palermo.

Ins. Paolo Calvario

Insegnante Metodo Feldenkrais, ha conseguito i propri studi a Firenze, dedicandosi da anni alle attività di Integrazione e Rieducazione Funzionale. È laureando presso la facoltà di Scienze Motorie di Palermo con indirizzo Rieducazione Funzionale (Attività Motorie Preventive e Compensative). Da due anni è docente nei corsi di formazione per l'UIISP di Palermo.

Dott. Ignazio Accomando

Psicologo, Psicoterapeuta ad orientamento sistemico-relazionale, ha conseguito un Master universitario in Criminologia; esperto in progetti di intervento psicosociale si occupa anche di selezione del personale e ambiti formativi; è Tecnico Federale di "Baseball".