



Centri Sportivi
Aziendali e Industriali

ITALIA ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

SUPERJUMP



INFORMATIVA CORSI DI FORMAZIONE

SUPERJUMP 2020

JILL COOPER SUPERJUMP ACADEMY 2020

Superjump è la tecnica ideata da Jill Cooper, la regina del fitness, primo docente di trampolino elastico riconosciuto dal C.O.N.I.

- Superjump è un metodo altamente fidelizzante per i clienti delle palestre
- Scientificamente provato per dare risultati veloci, in pochissimo tempo
- Presente in 5 paesi Europei
- Corsi di formazione professionali per insegnare il metodo velocemente
- 8 tecniche monotematiche, ognuna assolutamente unica
- Utilizza il trampolino Coalsport, modificato da Jill Cooper
- Manubrio multi presa Thunderbell
- Elastic band (banda elastica fitness)

SUPERJUMP ACADEMY - LE TECNICHE

-SUPERJUMP ORIGINAL

-SUPERJUMP POWER

-SUPERJUMP POWER 2

-SUPERJUMP HOT DANCE

-SUPERJUMP KOMBAT

-SUPERJUMP INTENSITY

-SUPERJUMP THUNDERBELL BI-FREE FUNCTIONAL

-SUPERJUMP JUNIOR

SUPERJUMP ACADEMY - JOB OPPORTUNITIES

- Presenter sui palchi delle fiere dove saremo presente con lo stand
- Percorso formativo professional come Top Trainer
- Partecipazioni esclusive nei programmi con Jill Cooper (DVD/Web/TV)
- Eventi e Masterclass in Italia e all'estero
- Diventare istruttori Superjump in prestigiosi resort e villaggi turistici
- Numerose palestre cercano istruttori certificati Superjump



PERCORSI CERTIFICATI PER DIVENTARE ISTRUTTORE

- 1 corso a base musicale Original Primo Livello oppure
1 corso base funzionale Power Primo Livello € 249
- 2 corsi (base + uno a scelta) € 400
(con saldo in 2 rate da € 209)
- 4 corsi (base + 3 a scelta) € 599
-pagamento in un'unica soluzione € 499
-pagamento con saldo in 4 rate:
1. prima rata € 209 da saldare al primo corso
2. seconda rata € 130 da saldare al secondo corso
3. terza rata € 130 da saldare al terzo corso
4. quarta rata € 130 da saldare al quarto corso
- Esame € 79

ESAME DI CERTIFICAZIONE

Per accedere all'esame di certificazione occorre aver effettuato almeno 2 livelli formativi e 23 ore di tirocinio (partecipazione ad eventi, masterclass, workshop, lezioni in palestra e corsi di formazione) come da normativa C.O.N.I.

TITOLO RILASCIATO

- Diploma di Istruttore Certificato riconosciuto dal C.O.N.I. ad esame superato
- Attestato di partecipazione dopo il corso base

LA QUOTA COMPRENDE

Kit istruttore: libro di formazione, materiale audiovisivo, gadget, tessera istruttore con copertura assicurativa

Consulenza diretta per il percorso formativo istruttore Superjump:
formazione@coalsport.com



DESCRIZIONE TECNICHE SUPERJUMP

1. SUPERJUMP ORIGINAL:

Tecnica divertente e coinvolgente alla portata di tutti, la semplicità ed i grandi benefici dati dall'accelerazione contraddistinguono la tecnica. Le diverse sequenze e metodo di costruzione rendono ogni lezione nuova ed assolutamente unica.

2. SUPERJUMP POWER:

La tecnica più 'metabolica' che ci sia! Alta intensità e tonificazione con esercizi che combinano le forze di accelerazione con/senza uso di piccoli attrezzi per potenziare gli effetti dell'allenamento.

3. SUPERJUMP KOMBAT:

Tecnica ispirata dalle arti marziali per allenare tutto il corpo in modo equilibrato, pugni, ganci e ginocchiate tutto in accelerazione, eccellente allenamento anti-stress altamente tonificante.

4. SUPERJUMP HOT DANCE:

Tecnica perfetta per tutti coloro che amano le discipline coreografate, latino, pop, dance, un pieno di colori e sfumature.

5. SUPERJUMP JUNIOR:

Tecnica creata specificamente per bambini e ragazzi. Si basa sullo sviluppo della psicomotricità, lateralità, un gioco senza tralasciare le regole.

6. SUPERJUMP INTENSITY:

Tecnica che mira ad allenare la muscolatura principale. La 'spinta e volo' in accelerazione variano l'intensità della lezione, abbinate all'uso di elastic bands per la definizione ed il massimo risultato per l'allenamento di braccia, spalle, schiena, glutei ed esterno coscia.

7. SUPERJUMP THUNDERBELL BI-FREE FUNCTIONAL:

(lavoro a terra e sul trampolino) il pure allenamento funzionale acquista l'uso di un attrezzo multi-presa brevettato USA per aggiungere ancora più resistenza alla lezione.

Tecnica altamente tonificante ed aerobica, sviluppata per un allenamento alternato a terra e con uso del trampolino. Il Thunderbell è la massima espressione di un lavoro funzionale.

8. SUPERJUMP POWER 2:

La nuovissima tecnica funzionale di Superjump suddivisa in tre tipologie di allenamento HIIT completamente diversa dalla tecnica Superjump Power 1. E' la tecnica perfetta per tenere i tuoi clienti sempre coinvolti ed interessati durante le tue lezioni.



LISTINO PREZZI TECNICHE SUPERJUMP

€ 179

- **SUPERJUMP POWER/POWER 2**
- **SUPERJUMP KOMBAT**
- **SUPERJUMP HOT DANCE BASE**
- **SUPERJUMP JUNIOR**
- **SUPERJUMP INTENSITY**

La quota comprende:

- Attestato di partecipazione
- Manuale di formazione
- Materiale audio/visivo
- Pacchetto gadget Coalsport
- Per partecipare a questi corsi bisogna aver conseguito il corso base musicale o funzionale

€ 239

- **SUPERJUMP THUNDERBELL BI-FREE FUNCTIONAL**
(con manubrio Thunderbell 3kg)

La quota comprende:

- Attestato di partecipazione
- Attrezzo Thunderbell manubrio multipresa da 3 kg
- Manuale di formazione
- Materiale audio
- Pacchetto gadget Coalsport
- Il corso è accessibile a tutti

€ 179

- **SUPERJUMP THUNDERBELL BI-FREE FUNCTIONAL**
(senza manubrio Thunderbell 3kg)

La quotazione di € 169 è valida soltanto per chi ha già acquistato i Thunderbell Coalsport

il corso dà diritto ad uno sconto del 20% sull'acquisto di n. 11 Thunderbell

€ 99

- **SUPERJUMP HOT DANCE MODULO 1**
- **SUPERJUMP HOT DANCE MODULO 2**
- **SUPERJUMP HOT DANCE MODULO 3**
- **SUPERJUMP HOT DANCE MODULO 4**
- **SUPERJUMP HOT DANCE MODULO 5**

La quota comprende:

- Manuale di formazione
- Materiale audio

€ 69

- **SINGOLO WORKSHOP TECNICHE SUPERJUMP**

€ 59 x 2

- **DOPPIO WORKSHOP TECNICHE SUPERJUMP**

€ 54

- **REFRESH
TECNICHE SUPERJUMP**



CALENDARIO ONLINE

www.coalsport.com (sezione academy/formazione)

SEGUICI SU



www.coalsport.com



www.superjumplanet.com



Superjump un popolo che salta
Jill Cooper Superjump



www.youtube.com/user/forzanaturale
www.jillcooper.it

CORSI DI FORMAZIONE

formazione@coalsport.com

info@coalsport.com

+39 342 8927 899

