



# CORSO "FITNESS DIGITAL EVOLUTION"

## Obiettivi

---

Favorire il processo di innovazione e digitalizzazione conseguente all'introduzione di gestionali per l'erogazione integrata, a distanza e on demand, dei servizi fitness e wellness attraverso piattaforme digitali che consentano di realizzare un "customer journey" immersivo per l'allenamento fitness.

## Contenuti - 32 ore

---

- Fruizione digitale dei protocolli per il benessere psico-fisico
- Allenamento autonomo, online e "on demand"
- Scheda di allenamento individuale digitalizzata
- Virtual personal training e virtual group training
- Tipologie di allenamento controllabili a distanza
- Il monitoraggio degli allenamenti
- Sistemi di telemetria e condivisione dei dati



## Chi può partecipare?

---

I dipendenti di aziende con sede in Lombardia, iscritte al Fondo For.Te. nel settore Commercio Turismo e Servizi, non titolari di Conto Individuale.

Il corso è **gratuito** e viene avviato con **minimo 4 partecipanti**.



## Cosa possiamo fare per voi?

---

- Supportarvi nell'iscrizione e nell'accesso al finanziamento;
- Fornire maggiori dettagli sui contenuti del corso e sulle modalità realizzative;
- Supportarvi nella gestione e rendicontazione delle attività realizzate.

## PER INFO E CONTATTI

---

Milano  
Trento  
Catania

[info@fidiaweb.net](mailto:info@fidiaweb.net)

[www.fidiaweb.net](http://www.fidiaweb.net)

# CORSO "DIGITAL E SOCIAL MEDIA MARKETING"

Usare i canali social e digital con strategia

## Obiettivi

Ottimizzare l'utilizzo dei canali social utilizzati per promuovere l'offerta di servizi in linea con le richieste della clientela.

Acquisire conoscenze, strumenti e strategie di comunicazione, di vendita e marketing adeguate al proprio contesto.

## Contenuti - 24 ore

- Principi di e-commerce ed e-marketing
- Modalità, strumenti e strategie di comunicazione digital e social
- Tecniche di analisi e rilevazione dei dati
- Tecniche di segmentazione degli utenti sul web
- Content Management System
- Strumenti di web marketing



## Chi può partecipare?

I dipendenti di aziende con sede in Lombardia, iscritte al Fondo For.Te. nel settore Commercio Turismo e Servizi, non titolari di Conto Individuale.

Il corso è **gratuito** e viene avviato con **minimo 4 partecipanti**.



## Cosa possiamo fare per voi?

- Supportarvi nell'iscrizione e nell'accesso al finanziamento;
- Fornire maggiori dettagli sui contenuti del corso e sulle modalità realizzative;
- Supportarvi nella gestione e rendicontazione delle attività realizzate.

## PER INFO E CONTATTI

Milano  
Trento  
Catania

[info@fidiaweb.net](mailto:info@fidiaweb.net)

[www.fidiaweb.net](http://www.fidiaweb.net)

# CORSO "RELATIONSHIP MANAGEMENT"

Comunicare e gestire relazioni in maniera eccellente

## Obiettivi

Acquisire conoscenze e competenze per gestire relazioni professionali in maniera eccellente, interne ed esterne alla propria organizzazione, sia nel lavoro di team che nelle situazioni di negoziazione o conflittuali.

## Contenuti - 24 ore

- Comunicazione efficace: tecniche di ascolto attivo, empatia ed assertività
- Creazione e mantenimento di un buon clima di lavoro nei Team
- Comunicazione e relazione nel lavoro di team
- Tecniche di gestione dei conflitti interpersonali
- Tecniche di negoziazione
- Elementi di Customer Relationship Management



## Chi può partecipare?

I dipendenti di aziende con sede in Lombardia, iscritte al Fondo For.Te. nel settore Commercio Turismo e Servizi, non titolari di Conto Individuale.

Il corso è **gratuito** e viene avviato con **minimo 4 partecipanti**.



## Cosa possiamo fare per voi?

- Supportarvi nell'iscrizione e nell'accesso al finanziamento;
- Fornire maggiori dettagli sui contenuti del corso e sulle modalità realizzative;
- Supportarvi nella gestione e rendicontazione delle attività realizzate.

## PER INFO E CONTATTI

Milano  
Trento  
Catania

[info@fidiaweb.net](mailto:info@fidiaweb.net)

[www.fidiaweb.net](http://www.fidiaweb.net)



## CORSO "METODOLOGIE PER L'APPRENDIMENTO DELLE TECNICHE FITNESS"

### Obiettivi

---

Acquisire conoscenze e competenze per erogare servizi wellness e fitness innovativi e per garantire l'adozione di protocolli di benessere psicofisico che integrino l'attività motoria e la qualità della vita.

### Contenuti - 24 ore

---

- Tecniche di esecuzione degli esercizi fitness
- I protocolli di attività motoria per il benessere
- Il benessere psico-fisico per soggetti di diverse età
- Prevenzione e recupero funzionale dei vizi posturali
- Teoria e metodologia dell'allenamento nel fitness
- Ginnastiche posturali
- Fitness in acqua e funzionale
- I protocolli di attività motoria per i bambini



### Chi può partecipare?

---

I dipendenti di aziende con sede in Lombardia, iscritte al Fondo For.Te. nel settore Commercio Turismo e Servizi, non titolari di Conto Individuale.

Il corso è **gratuito** e viene avviato con **minimo 4 partecipanti**.



### Cosa possiamo fare per voi?

---

- Supportarvi nell'iscrizione e nell'accesso al finanziamento;
- Fornire maggiori dettagli sui contenuti del corso e sulle modalità realizzative;
- Supportarvi nella gestione e rendicontazione delle attività realizzate.

### PER INFO E CONTATTI

---

Milano  
Trento  
Catania

[info@fidiaweb.net](mailto:info@fidiaweb.net)

[www.fidiaweb.net](http://www.fidiaweb.net)