

**// BENVENUTO //**

**COME USARE QUESTO VIDEO CORSO**

**Prima di tutto è importante avere tutti i libri da affiancare a questo corso  
Vedi il video LIBRI NECESSARI.**

Dai uno sguardo all'indice per avere un quadro ampio del lavoro da fare.

I video sono messi in ordine strategico per pianificare il piano di studi.

Comincia dal video MOTIVAZIONE.

Prosegui con LA TECNICA DI MOVIMENTO che ti darà la spiegazione di cosa è e cosa serve questa Disciplina

I video li puoi guardare uno dopo l'altro o contemporaneamente.

Immagina di imparare queste tecniche come se fossi a lezione da un maestro, non le faresti tutte in un'ora ovviamente.

Quindi guarda e studia 2/3 tecniche alla volta e comprendile.

Poi vai alle altre seguendo l'ordine.

Ogni tecnica ha un LIVELLO di difficoltà, puoi studiare contemporaneamente le tecniche ma assicurati di superare bene un Livello prima di passare al successivo.

Guarda il Video PIANO DI STUDI per pianificare un'ordine costruttivo di tutto il Lavoro.

**BUON DIVERTIMENTO!**

**Massimo Russo**