



Roma, 05.12.2022  
Prot. n. 739

Ai Comitati Regionali AICS  
Ai Comitati Provinciali AICS  
Alle Società di Ginnastica AICS

---

Loro Sedi

**Oggetto: “Corso di Formazione per Istruttore di Ginnastica Finalizzata alla Salute e al Fitness, a corpo libero e con piccoli attrezzi” 1° Livello – Venezia - 28-29 gennaio e 11-12 febbraio 2023.**

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNiwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il **“Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla Salute e al Fitness, a corpo libero e con piccoli attrezzi” 1° Livello** che si terrà a **Venezia** nei giorni **28-29 gennaio e 11-12 febbraio 2023**.

Il Corso è riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso, ed in possesso di conoscenze pregresse nell’ambito sportivo di riferimento disciplinare e conoscenze base di anatomia. Docente del Corso sarà il **Dott. Michele Mirabile** (Laureato in Scienze Motorie, Master di I livello in “Posturologia: percezione e movimento”, I, II, III livello HMO, Human Movement Optimization, Il livello Barefoot Training Specialist). Il Corso avrà la durata di 20 ore di lezioni teoriche e 12 ore di lezioni pratiche con esame finale. Se l’esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore AICS di Ginnastica Finalizzata alla Salute e al Fitness di 1° livello, il tesserino tecnico e l’iscrizione all’Albo Nazionale Istruttori AICS. Le lezioni saranno tenute in parte online e in parte in presenza ma sarà possibile partecipare al Corso anche internamente in modalità online (su richiesta)

**ARGOMENTI LEZIONI TEORICHE (20 ore):**

anatomia scheletrica e muscolare; biomeccanica e piani di movimento; metabolismi energetici; capacità coordinative e condizionali; cenni di neurologia applicata al movimento; addome e core; e principali patologie o problematiche; come strutturare una lezione e come creare una programmazione. Sarà messa a disposizione dei discenti una partizione in google drive attraverso la quale si potrà accedere alle lezioni registrate, ai video tutorial e al materiale didattico per lo studio da svolgere a casa.

**ARGOMENTI LEZIONI PRATICHE (12 ore):**

core stability, mobilità articolare a corpo libero e con piccoli attrezzi.

./.



### **Cronoprogramma delle lezioni**

Data	Orario	Materie	Docente
28/01/2023	8.30/13.30	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile
29/01/2023	8.30/13.30	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile
11/02/2023	8.30/13.30	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile
12/02/2023	8.30/13.30	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile

### **ISCRIZIONE AL CORSO**

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **13 gennaio p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia [venezia@aics.it](mailto:venezia@aics.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info). **La quota di iscrizione è di € 270,00** (a persona) ed è comprensiva della documentazione didattica, del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: AICS – Comitato Provinciale di Venezia – IBAN IT 51 B 01030 02000 00000 1258017 – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Ginnastica Salute e Fitness 1° livello. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 6 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 20 adesioni).

Un cordiale saluto.

Il Presidente  
On. Bruno Molea





**MODULO ISCRIZIONE**  
**CORSO ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS A**  
**CORPO LIBERO E CON PICCOLI ATTREZZI – 1° LIVELLO**  
**28-29 gennaio e 11-12 febbraio 2023**

Compilare in tutte le sue parti ed inviare **entro il 13 gennaio 2023** a: [venezia@aics.it](mailto:venezia@aics.it) e per conoscenza a [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info)

PARTECIPANTE			
COGNOME e NOME n. Tess. AICS		E-MAIL	
DATI PARTECIPANTE			
Circolo AICS e cod. affiliazione		Persona richiedente	
Indirizzo		E-Mail	
CAP e Città		Tel e Fax	
P.IVA		Codice Fiscale	
Data		Firma	
INDICARE INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA PER L'INVIO DELLA DOCUMENTAZIONE INERENTE IL CORSO: _____			
<b>MODALITÀ DI PAGAMENTO - Bonifico Bancario a: AICS – COMITATO PROVINCIALE VENEZIA</b> <b>IBAN: IT 51 B 01030 02000 00000 1258017</b> <b>CAUSALE: NOME, COGNOME, ISCRIZIONE CORSO ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA</b> <b>SALUTE E FITNESS 1° LIVELLO</b>			

**CONDIZIONI GENERALI DI PARTECIPAZIONE**

- La quota d'iscrizione di € 270,00 (a persona) comprende: docenza, documentazione didattica, diploma nazionale AICS, tesserino Istruttore AICS, Iscrizione all'Albo Nazionale AICS degli Istruttori. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di n.6 iscritti (massimo 20).

Si accettano i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e nella circolare del corso	Si dichiara che il Partecipante ha preso visione degli Obiettivi, dei Prerequisiti e dei Contenuti del Corso.
<b>Timbro e firma del Richiedente</b>	<b>Firma del Partecipante o del Richiedente</b>

Ai sensi dell'art. 13 del GDPR 2016/679/UE – Regolamento Europeo in materia di protezione dei dati personali e successive modifiche o integrazioni, il partecipante dichiara di essere stato informato che i suoi dati personali, acquisiti tramite il modulo di iscrizione o all'atto della partecipazione al corso, saranno trattati da AICS con l'ausilio di mezzi elettronici per finalità riguardanti l'esecuzione degli obblighi derivanti dalla partecipazione al corso.

Data \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Timbro e firma \_\_\_\_\_