



Roma, 05.02.2024
Prot.n.1534

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società di Ginnastica Acrobatica AICS
Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione per Istruttore Nazionale AICS di Ginnastica Acrobatica Specialità Pole Sport 1° Livello – **Sassuolo (MO) – 09-10-16-17 marzo 2024.**

La Direzione Nazionale, in collaborazione con la Società Pole Sport And Gymnastics Academy SRL organizza il **“Corso di Formazione per Istruttore Nazionale di Ginnastica Acrobatica – Specialità Pole Sport – Livello 1”** che si terrà a **Sassuolo (MO)** nei giorni **09-10-16-17 marzo p.v.**

Il Corso è riservato ai soci AICS maggiorenni, in possesso di tessera associativa in corso di validità alla data di svolgimento del Corso, del certificato medico in corso di validità. Il corso sarà tenuto da **Elisa Gozzi** (Coach di atleti agonisti di Pole Sport e Pole Art. Responsabile Nazionale di Pole Sport e Aerial Sport per AICS - Giudice internazionale di Pole/Aerial Sport e Pole/Aerial Art. - Organizzatrice di competizioni Nazionali e Internazionali di Pole/Aerial Sport e Pole/Aerial Art) e da **Elena Cantelli** (Giudice internazionale di Pole/Aerial Sport e Art. - Coreografa di atleti agonisti di pole sport e pole art) - Preparatrice atletica per la flessibilità di atleti agonisti di pole sport e pole art), **Francesca Cavazzoli** (Laurea in Fisioterapia e Osteopata specializzata nell'utilizzo di tecniche osteopatiche per il trattamento delle principali affezioni funzionali osteo-articolari, Consulente nell'allenamento funzionale Pole Sport). Al termine i corsisti sosterranno un esame finale che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del Diploma di Istruttore Nazionale AICS di Ginnastica Acrobatica Specialità Pole Sport 1° Livello, con il quale sarà possibile insegnare presso le Associazioni AICS del territorio nazionale. Gli Istruttori saranno, inoltre, iscritti nell'Albo Nazionale AICS degli Istruttori e riceveranno il tesserino da Istruttore AICS.

Il corso avrà la durata di 32 ore suddiviso in tre parti: una parte generale, una parte specialistica, e una parte pratica. La parte generale copre le conoscenze globali per gli aspetti dell'allenatore sportivo di ginnastica acrobatica, la parte specialistica è direttamente collegata alla specialità del pole dance/sport, la parte pratica riguarda la didattica all'attrezzo. Ogni parte chiamata in seguito "Modulo" è divisa in Unità Didattiche (UDxy) per facilitare la gestione della formazione e della realizzazione della connessa documentazione.

Il corso mira a formare istruttori qualificati per la pratica della pole dance/sport a livello amatoriale. Tali figure possono allenare atleti principianti appartenenti alla categoria amatoriale. L'istruttore di primo livello si configura come un tecnico abilitato ad avviare neofiti alla pratica della ginnastica acrobatica specialità pole dance/sport, a promuovere l'inserimento e la crescita degli allievi nelle strutture delle ASD/SSD e seguirne l'evoluzione tecnica a livello amatoriale. Previo superamento di una prova scritta e orale.

PARTE GENERALE (MODULO 1)

UD1 Pole Dance e Pole Sport:
Cenni Storici

UD2 Linee guida Regolamento
Quadri Tecnici

UD3 Organizzazione degli Organismi
Sportivi in Italia

UD4 Aspetti Sociologici e Attività
Sportiva

UD5 Anamnesi Sportiva

UD6 Cenni di psicologia
dell'allenamento

UD7 Il corretto uso del
linguaggio

UD8 Definizioni Fondamentali Cenni sulla
terminologia della ginnastica

UD9 L'allenatore

UD10 Il
riscaldamento

UD11 La
coordinazione

UD12 Esercizio Fisico: gli Adattamenti

UD13 Prestazione Sportiva: Aspetti
Relazionali e Cognitivi

UD14 Capacità di Carico e Prestazione
Sportiva

UD15 Leve

PARTE GENERALE (MODULO 2)

UD16 Allenamento
della Forza

UD17 Allenamento
della Potenza UD18 Le
Posizioni Statiche

UD19 Stimoli
Allenanti

UD21 La
flessibilità

UD22 Allenamento Aerobico

UD23 Allenamento della
Resistenza Muscolare UD24
Movimenti acrobatici

PARTE GENERALE (MODULO 3)

UD26 Elementi di anatomia e
fisiologia

UD27 Prevenzione degli
infortuni

UD28 Trasformazioni Energetiche e
Comportamento Alimentare

UD29 La Sedentarietà

UD30 Disturbi del
Comportamento Alimentare
MODULI SPECIALISTICI (MS)

PARTE 1 MS1

UD31 Esercizi base per la
flessibilità

UD32 Movimento, musica e musicalità

UD33 Sperimentazione coreografica con
elementi di base Parte 2 MS1

UD34 Costruzione della routine di
riscaldamento

UD35 Esercizi base di potenziamento specifico

UD36 Esercizi base della ginnastica acrobatica Parte 3 MS3

UD37 Gruppo A: Elementi di flessibilità - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD38 Gruppo B: Elementi di forza - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD39 Gruppo C: Elementi Spin on Static - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD40 Gruppo D: Elementi dinamici - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD41 Gruppo E: Elementi su palo spin- sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

Cronoprogramma

Data	Orario	Materie	Docente
09 marzo 2024	9-18	MODULO 1	GOZZI
10 marzo 2024	9-18	MODULO 2	GOZZI / CAVAZZOLI
16 marzo 2024	9-18	MODULO 3	GOZZI/CANTELLI
17 marzo 2024	9-18	MODULO 3	GOZZI/CANTELLI

ISCRIZIONE AL CORSO

La quota di iscrizione è di € 590,00 (a persona) ed è comprensiva della documentazione didattica (manuale tecnico dell'istruttore), del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. L'iscrizione al corso dovrà essere effettuata, entro il **27 febbraio p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail a dnsport@aics.info e per conoscenza a

formazionepsga@gmail.com. Il pagamento deve essere effettuato tramite bonifico bancario intestato a: AICS Direzione Nazionale - IBAN IT 75 I 01030 03271 000061460833 - causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Ginnastica Acrobatica. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 4 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 12 adesioni). **Le lezioni si terranno presso la Società SSD Pole Sport And Gymnastics Academy SRL.**

Il Presidente
On. Bruno Molea





**MODULO ISCRIZIONE
CORSO ISTRUTTORE GINNASTICA ACROBATICA SPECIALITA'
POLE SPORT LIVELLO 1
SASSUOLO (MO) 09-10-16-17 MARZO 2024**

Compilare in tutte le sue parti ed inviare **entro il 27 febbraio 2024** dnsport@aics.info e a formazionepsga@gmail.com

PARTECIPANTE			
COGNOME e NOME n. Tess. AICS		E-MAIL	
DATI PARTECIPANTE			
Circolo		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 AL CORSO: <hr style="width: 50%; margin: 10px auto;"/>			
MODALITÀ DI PAGAMENTO - Bonifico Bancario a: AICS Direzione Nazionale – IBAN IT 75 I 01030 03271 000061460833 CAUSALE: NOME, COGNOME, ISCRIZIONE CORSO ISTRUTTORE NAZIONALE GINNASTICA ACROBATICA POLE SPORT 1° LIVELLO			

CONDIZIONI GENERALI DI PARTECIPAZIONE

La quota d'iscrizione di € **590,00** s'intende per persona e comprende: la docenza, documentazione didattica e, con il superamento dell'esame finale, il rilascio del diploma nazionale, del tesserino tecnico digitale scaricabile dall'App AICS 2.0 e dell'iscrizione all'albo nazionale. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di minimo **4 iscritti (massimo 12)** Allegare il documento d'identità alla richiesta di partecipazione.

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.
Timbro e firma del Richiedente	Firma del Partecipante o del Richiedente

Ai sensi del. Dlgs 196/03 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 _____