



Roma, 27.03.2024
Prot.n. 1668

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società AICS Adi Canoa e Kayak

Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione Istruttore Kayak 1° Livello – Vietri sul Mare (SA) aprile – maggio – giugno – luglio 2024

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS di Salerno, organizza il **Corso di Formazione per Istruttore di Kayak 1° Livello** che si terrà a Vietri sul Mare (SA) dal 26 aprile al 27 luglio presso la Società “Ondalunga Kayak Salerno ASD”.

Il Corso è riservato ai tesserati AICS maggiorenni, e della tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso. Il kayak da mare è uno sport relativamente sicuro, ma tutti i praticanti devono essere preparati a fronteggiare eventuali imprevisti per ridurne rischi e conseguenze. Il corso insegna le tecniche richieste per recuperare l'assetto di marcia dopo un capovolgimento ed assolutamente consigliabile padroneggiare almeno queste tecniche prima di avventurarsi in mare col proprio kayak. Le attività didattiche saranno suddivise in momenti di lezione frontale e momenti di pratica interattiva partendo dalle nozioni fondamentali sul rispetto del mare. Parte del materiale didattico sarà fornito online attraverso piattaforme di condivisione certificate e con libri di testo. **La partecipazione al corso è subordinata alla consegna di certificato medico per attività sportiva non agonistica non antecedente 3 mesi alla data di svolgimento del corso.**

Il Corso sarà tenuto dal Responsabile Tecnico **Pietro Sorangelo** (Istruttore Nazionale AICS di Canoa e Kayak) e dal **Tecnico Maria Antonietta Cerrato** (Tecnico Amatoriale Mare/Sea Kayak Fick di II Livello, Sea kayak 3 EPP). Al termine i corsisti sosterranno un esame finale che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del Diploma e del tesserino di Istruttore Nazionale AICS di Canoa Kayak, con il quale sarà possibile insegnare presso le Associazioni AICS del territorio nazionale. Gli Istruttori saranno, inoltre, iscritti nell’Albo Nazionale AICS degli Istruttori.

Cronoprogramma

Data	Orario	Materie	Docente
26/04/2024	18.00/21.00 3 ore	Le tre linee di difesa del kayak da mare: Capacità primarie, Capacità di recupero della posizione, Salvataggi moderni.	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta
10/05/2024	18.00/21.00 3 ore	Sessione di allenamento essenziale per pagaiatori, Capacità individuali, Capacità di navigare in sicurezza ed eseguire salvataggi	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta
24/05/2024	18.00/21.00 3 ore	Essere membro di un gruppo guidato Navigazione e pilotaggio, sicurezza e marinaria Meteorologia	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta
29/06/2024	10.00/16.00 6. ore	Navigazione in gruppo, Capacità di navigare in sicurezza ed eseguire salvataggi	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta
13/07/2024	10.00/16.00 6 ore	Essere membro di un gruppo guidato Navigazione e pilotaggio, sicurezza e marinaria Meteorologia	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta
20/07/2024	10.00/16.00 6 ore	Sessione di allenamento essenziale per pagaiatori, Capacità individuali, Capacità di navigare in sicurezza ed eseguire salvataggi	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta
27/07/2024	10.00/15.00 5 ore	I partecipanti al termine di ogni livello sosterranno un esame finale teorico o pratico che verrà prontamente valutato dal responsabile del corso ed allegato alla relazione finale. Ingresso in Kayak Passaggio tra boe: Pagaiata avanti, Fermata epagaiata indietro Timone di poppa, Pagaiata circolare avanti e indietro - 360°, Spostamento laterale, spostamento laterale con abbrivio. Appoggio basso, appoggio basso con abbrivio, Uscita bagnata, Auto salvataggio e salvataggio assistito, Salvataggio tradizionale assistito. VALUTAZIONE minore di 6= insufficiente, 6= sufficiente, da 7 a 9= buono, 10= ottimo	Sorangelo Pietro Cerrato Maria Antonietta

PROGRAMMA DEL CORSO:

I° INCONTRO TEORICO DELLA DURATA DI 3 ORE:

Accertamento prerequisiti dei partecipanti

Presentazione corso e degli obiettivi, tipi di certificazione ed EPP

- Le tre linee di difesa del kayak da mare:

1 Capacità primarie: Sono i fondamentali per il governo del kayak in acqua piatta e/o aree protette

- Controllo del mezzo: posizione di base, Manovra di entrata e di uscita, Ribaltamento e uscitabagnata
- Equilibrio: inclinazione dello scafo, torsione del busto, sguardo, arti inferiori, pagaia comefulcro
- Propulsione: pagaiata in avanti e indietro, spostamento laterale a un tempo o continuo,circolare in avanti e indietro, timonata

2 Capacità di recupero della posizione

- Appoggi: alto e basso
- Roll standard, da tempesta e altri tipi

3 Salvataggi moderni

- Auto salvataggi: rientro e recupero in roll, con paddle float gonfiabile e rigido
- Salvataggi assistiti: a t, laterale, trimarano, roscoff con e senza stretta di mano, la mano di dio Di gruppo: traini standard, in tandem, con zattera

II° INCONTRO TEORICO DELLA DURATA DI 3 ORE

ESSERE MEMBRO DI UN GRUPPO GUIDATO

- Principali segnali di comunicazione di un gruppo guidato;
- Revisione di Responsabilità, assunzione del rischio, esonero della responsabilità, divulgazione dei problemi medici (dei partecipanti in presenza di tutti);
- Comportamento personale appropriato
- Briefing: dove si va, stabilire la rotta, controllo meteo, formazione del gruppo, segnali in mare, cosa non fare;
- Sviluppare capacità di uscire in gruppo, riconoscere ruoli e responsabilità e comunicazione efficace; Rispettare il gruppo, il leader e i componenti;
- Rispettare le regole della navigazione e l'ambiente circostante.
- Come stare in gruppo, distanze, formazione di fila e di linea;
- le responsabilità del leader, contratto verbale stipulato accettando di partecipare a un'uscita di gruppo, rispettare i cenni nel briefing su come stare in gruppo, dimostrazione pratica durante il trasferimento.

III INCONTRO TEORICO DELLA DURATA DI 3 ORE

NAVIGAZIONE E PIOTAGGIO, SICUREZZA E MARINERIA

- Individuare i pericoli relativi a una determinata navigazione (condizioni del vento e del mare, correnti, traffico marittimo, cambi repentina delle condizioni, ecc.);

- Conoscere le procedure da mettere in atto per richiedere interventi di soccorso in caso di emergenza in mare ma anche i limiti di questi sistemi.

METEOROLOGIA

- Dove reperire e come interpretare le informazioni meteorologiche necessarie prima di mettersi in mare
- Conoscenza delle regole e dei segnali di base del traffico marittimo.
- Sicurezza e prevenzione elementi di primo soccorso.

I* INCONTRO PRATICO IN ACQUA DELLA DURATA DI 6 ORE:

SESSIONE DI ALLENAMENTO ESSENZIALE PER PAGAIATORI

- tecniche di stretching
- tecniche yoga
- tecniche di training autogeno

CAPACITÀ INDIVIDUALI

Eseguire le manovre da entrambi i lati:

- Sollevare e trasportare il kayak, imbarco/sbarco di prua e di lato,
- Pagaiata avanti, Fermata e pagaiata indietro,
- Timone di poppa,
- Pagaiata circolare avanti e indietro - 360°,
- Spostamento laterale, spostamento laterale con abbrivio,
- Appoggio basso, appoggio basso con abbrivio,
- Assicurare il kayak su un'auto, un rimorchio stradale o su una rastrelliera.

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **19 aprile 2024**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Salerno info@aicssalerno.it e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info. La quota di iscrizione è di **€ 120,00** (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 Salerno – **IBAN IT 42P0103015200000005853289** – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore di Kayak 1° livello. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 5 iscritti (massimo 15).

Un cordiale saluto.

Il Presidente
On. Bruno Molea





MODULO DI ISCRIZIONE
CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORE KAYAK 1° LIVELLO
VIETRI SUL MARE (SA) APRILE-MAGGIO-GIUGNO-LUGLIO

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 19/04/2024 A: info@aicssalerno.it
dnsport@aics.info, allegando copia del bonifico effettuato.

Cognome _____ *Nome* _____

Luogo di nascita _____ *Data di nascita* _____

Residente a (città) _____ *CAP* _____ *Provincia* _____

Via _____ *n.* _____

Codice Fiscale _____ *Tel. cellulare* _____

Indirizzo e-mail _____ *Tessera AICS n.* _____

Nome Società AICS _____

Codice Società AICS n. _____ *Comitato Provinciale di appartenenza* _____

Il/la sottoscritto/a:

DICHIARA di aver preso visione dei prerequisiti richiesti, degli obiettivi e dei contenuti del corso e di essere a conoscenza delle normative riguardanti l'abilitazione oggetto del corso previste nei regolamenti AICS.

DICHIARA di essere a conoscenza che, ai sensi del capo VI, art. 76(L) del D.P.R. 445/2000, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del Codice penale e delle leggi speciali.

ACCETTA tutti i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e tutte quelle relative allo svolgimento del Corso.

Data ____ / ____ / ____ *Firma* _____

Informativa privacy ai sensi dell'art.13 del Regolamento EU 2016/679

Ai sensi dell'art.13 del GDPR 2016/679/UE 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.

Con riferimento all'eventuale pubblicazione del materiale video e/o fotografico realizzato durante i corsi il sottoscritto

Presta il consenso

Nega il consenso

Con riferimento alla registrazione delle lezioni che si tengono in videoconferenza il sottoscritto

Presta il consenso

Nega il consenso

Data ____ / ____ / ____ *Firma* _____

COSTO DEL CORSO: € 120,00

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

Bonifico Bancario intestato a: AICS COMITATO PROVINCIALE SALERNO

IBAN: IT 42P010301520000005853289

Causale: Nome, Cognome, Iscrizione **ISTRUTTORE NAZIONALE KAYAK 1° LIVELLO**