



Roma, 18/03/2025
Prot.n. 2228

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

Loro Sedi

Oggetto: *Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, con specializzazione in Ginnastica Posturale – 2° livello Mestre (VE) online 12 aprile - presenza 13 aprile 2025.*

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 ed al Fitness, con specializzazione in Ginnastica Posturale – 2° livello”** che si terrà in modalità on-line il giorno **12 aprile** e in presenza **il 13 aprile 2025** c/o il Comitato Provinciale AICS – Via Gazzera Alta, 44 – Mestre (VE).

Il Corso è riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di certificato medico di idoneità sportiva in corso di validità e della tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso. Il discente deve avere conoscenze pregresse nell’ambito sportivo di riferimento disciplinare e conoscenze base di anatomia. I docenti del Corso saranno 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, II livello Barefoot Training Specialist) Formatore nazionale AiCS, dal **Dott. Massimo Bisconcini** (Medico Chirurgo, Posturologo, Agopuntore), formatore nazionale AiCS, da **Patrizia Marras** istruttore 2° livello. Se l’esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore AICS di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness con specializzazione in Ginnastica Posturale di 2° livello, il tesserino tecnico e l’iscrizione all’Albo Nazionale Istruttori AICS. Le lezioni saranno tenute in parte online e in parte in presenza.

Argomenti trattati:

- Cosa sono i recettori;
- Sistema nervoso e postura;
- Approfondimenti anatomici e pratici con esercizi su articolazioni come scapola, polso e piede; accenni a recettori posturali come: approfondimento al recettore posturale del piede;
- Relazione tra Sistema Nervoso Autonomo postura e stress;
- Diaframma e respirazione diaframmatica;
- Core e come allenarlo;
- Stretching e mobilità articolare a confronto.

Ai corsisti sarà messo a disposizione il materiale didattico, per lo studio che i discenti dovranno svolgere a casa. Possono partecipare tutti gli istruttori con laurea in Scienze Motorie o possedere un diploma Nazionale di istruttore di 1° livello.

Il corso ha l'obiettivo di formare **istruttori di 2° livello**, acquisendo **competenze in ginnastica posturale** attraverso:

- Analisi dei recettori posturali, come stimolarli attraverso l'allenamento;
- Studio del diaframma e della respirazione diaframmatica;
- Studio del core e core stability;
- Come strutturare lezioni individuali o di gruppo.

Le lezioni si alterneranno a momenti di teoria e di pratica.

Cronoprogramma

| Data | Orario | Materie | Docente |
|----------------------------------|------------|---------------------------|---|
| 12/04/2025 ONLINE | 8.30/13.30 | Lezione teorica e pratica | Massimo Bisconcini Michele Mirabile |
| 13/04/2025 IN PRESENZA | 9.30/17.00 | Lezione teorica e pratica | Michele Mirabile Massimo Bisconcini Patrizia Marras |

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **04 aprile p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia corsi@aicsvenezias.it e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info. **La quota di iscrizione è di € 190,00** (a persona). Le quote iscrizioni sono comprensive della documentazione didattica, del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS.

Chi è già in possesso di un diploma AICS di istruttore di 2° livello, da allegare alla domanda di adesione, potrà partecipare al corso che avrà validità come **AGGIORNAMENTO**, non dovrà sostenere l'esame, riceverà l'attestato di partecipazione, verrà rinnovata l'iscrizione all'albo e rinnovato il tesserino tecnico. Il costo di iscrizione è di **€ 80,00**.

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 finalizzata alla salute ed al fitness 2° 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 Responsabile Nazionale Settore Sport
Filippo Tiberia



Il Presidente
On. Bruno Molea





MODULO ISCRIZIONE
CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE
ED AL FITNESS - SPECIALIZZAZIONE IN GINNASTICA POSTURALE 2° LIVELLO
MESTRE (VE) 12-13 APRILE 2025

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 04/04/2025 A: corsi@aicsvenezia.it
e p.c. a dnsport@aics.info

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: € 190,00 Corso di Aggiornamento 2° livello: € 80,00

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

Bonifico Bancario intestato a: AICS COMITATO PROVINCIALE DI VENEZIA

IBAN: IT 51 B 01030 02000 00000 1258017;

Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness – specializzazione ginnastica posturale 2° livello.