



Roma, 15.07.2025

Prot. n. 2541

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società di Nuoto AICS
Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione per Istruttore di Nuoto - Pordenone (PN) – ottobre/dicembre 2025.

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Comitato Regionale Friuli-Venezia Giulia organizza il Corso di Formazione per Istruttore di Nuoto che si terrà presso la Piscina Gymnasium Water Age, Via Nogaredo, 80 **Cordenons (PN)** per le lezioni teoriche e la Piscina Gymnasium Via Turati 2 - **Pordenone** per le lezioni pratiche nei mesi di ottobre-novembre-dicembre 2025.

Il corso è aperto ai tesserati AICS maggiorenni con tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso, (si può frequentare il corso a partire dai 17 anni ma il tesserino tecnico verrà rilasciato a compimento del 18° anno); inoltre i requisiti richiesti sono:

- Essere cittadino dell'unione europea o, se cittadino extra comunitario, essere in possesso del permesso di soggiorno;
- Non aver riportato condanne penali e non aver carichi penali pendenti;
- Padronanza dei quattro stili base (crawl, dorso, rana, farfalla) compreso il tuffo di partenza;
- Nuotata subacquea;
- Galleggiamento verticale.

L'obiettivo è fornire le conoscenze teoriche e pratiche necessarie per insegnare e guidare l'attività di nuoto.

Il corso sarà tenuto da:

- **Enrica Marzano** (Istruttrice e Allenatrice FIN);
- **Manuel Santarossa** (Membro della CTN AICS di Nuoto Responsabile tecnico impianto comunale natatorio Gymnasium Aviano (Pordenone));
- **Francesca Salvalajo** (Istruttrice e Allenatrice FIN).

Al termine del corso, i partecipanti sosterranno un esame che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del **Diploma di Istruttore Nazionale AICS** e l'iscrizione all'Albo Nazionale, permettendo di insegnare nei Circoli AICS del territorio nazionale.

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
04 ottobre 2025		Aula 15:00/17:00 iscrizione al corso, introduzione, le diverse metodologie d'insegnamento, l'equilibrio e il galleggiamento. Piscina 17:00/19:00 la costruzione dell'equilibrio e del galleggiamento.	Manuel Santarossa
11 ottobre 2025		Aula 15:00/17:00 Analisi video, postura e posizione idrodinamica, la costruzione del corpo "proiettile", i tuffi, le rappresentazioni e le paure. Piscina 17:00/19:00 Postura e posizione idrodinamica, la costruzione del corpo idrodinamico, i tuffi.	Enrica Marzano
18 ottobre 2025		Aula 15:00/17:00 La costruzione dello spazio e dello schema corporeo, la correzione degli errori e la coerenza con le rappresentazioni. Piscina 17:00/19:00 Pratica.	Manuel Santarossa
25 ottobre 2025		Aula 15:00/17:00 Ambientamento, acquaticità, gli stili natatori (Crawl, Dorso, Rana, Farfalla), le partenze e le virate. Piscina 17:00/19:00 Crawl, Dorso, Partenze e Virate.	Enrica Marzano
08 novembre 2025		Aula 15:00/19:00 Comunicazione, relazione e apprendimento, Nuoto e disabilità, l'acqua come terapia.	Enrica Marzano
15 novembre 2025		Aula 15:00/17:00 Analisi video, la respirazione, studio della respirazione del nuotatore in relazione alla velocità e alla distanza da percorrere. Piscina 17:00/19:00 La respirazione.	Francesca Salvalajo
22 novembre 2025		Aula 15:00/17:00 Analisi video, la propulsione, la costruzione del corpo "proiettile propulsore". Anatomia e fisiologia del corpo umano, sistemi energetici, teoria dell'allenamento. Piscina 17:00/19:00 Pratica.	Francesca Salvalajo

29 novembre 2025	<p>Aula 15:00/17.00 Scuola nuoto adulti e ragazzi, l'organizzazione del piano vasca.</p> <p>Piscina 17:00/19:00 Rana, farfalla, partenza e virate.</p>	Manuel Santarossa
06 dicembre 2025	<p>15:00/18:00 Esame per il conseguimento della qualifica di "Istruttore di Nuoto SNS". Prove: quiz, saggio breve, colloquio, prova d'insegnamento.</p>	Manuel Santarossa

Iscrizione al corso

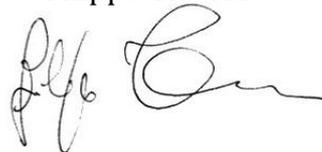
L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **25 settembre p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail al Comitato Regionale Friuli-Venezia Giulia all'indirizzo mail: friuliveneziagiulia@aics.it e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info.

La quota di iscrizione è di € 390,00 (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 Regionale Friuli-Venezia Giulia – Codice IBAN: IT74D0200865010000005343143 – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore di Nuoto. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo d'iscrizione.

Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 15 adesioni).

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Dipartimento Sport
Filippo Tiberia





MODULO DI ISCRIZIONE

ISTRUTTORE DI NUOTO

PORDENONE/CORDENONS (PN) DAL 04 OTTOBRE AL 06 DICEMBRE 2025

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 25/09/2025

A: friuliveneziagiulia@aics.it e p.c. a 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 requisiti 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: € 390,00

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

Bonifico Bancario intestato a: AICS Comitato Regionale Friuli-Venezia Giulia;

IBAN: IT74D0200865010000005343143

Causale: Nome, Cognome, Istruttore di Nuoto