



Roma, 01.08.2025

Prot.n. 2560

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

Loro Sedi

Oggetto: ***Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica per tutti e per tutte le età 1° livello – Online 27-28 settembre 2025, in presenza a Mestre (VE) 11-12 ottobre 2025.***

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNIwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il **“Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica per tutti e per tutte le età” 1° Livello** che si terrà a Mestre (VE), in modalità **on-line nei 27-28 settembre 2025, in presenza (o su richiesta on-line) nei giorni 11-12 ottobre 2025.**

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. 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, II 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 per tutti e per tutte le età 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 interamente in modalità online (su richiesta)

ARGOMENTI LEZIONI TEORICHE (20 ore):

Il corso è finalizzato a formare istruttori di primo livello, con competenze base pedagogiche e andragogiche, per acquisire la capacità di programmare e gestire corsi per bambini, adulti, terza e quarta età. Argomenti: anatomia scheletrica e muscolare; biomeccanica e piani di movimento; metabolismi energetici; capacità coordinative e condizionali; cenni di neurologia applicata al movimento; core; principali patologie o problematiche; come strutturare una lezione; l’approccio e la metodologia più adeguata secondo le fasce di età a cui ci si rivolge suddivisa in tre principali fasce: bambini, adulti, terza età. Come creare una programmazione di breve, medio e lungo termine dedicata all’età e al gruppo di atleti. Verrà messo a disposizione dei partecipanti materiale didattico, per lo studio che dovranno svolgere a casa.

ARGOMENTI LEZIONE PRATICA (12 ore): verranno approfonditi esercizi di core stability, di mobilità articolare a corpo libero, di rinforzo e stabilità posturale. Verranno proposti e analizzati esercizi pratici da inserire nella programmazione secondo gli obiettivi prefissati e che si vogliono raggiungere, nei modi e nei tempi adeguati all'età dei partecipanti.

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
27/09/2025	8.30/14.30	Lezione teorica online	Michele Mirabile
28/09/2025	8.30/14.30	Lezione teorica e pratica online	Michele Mirabile
11/10/2025	9.00/18.00	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile
12/10/2025	9.00/16.00	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **20 settembre p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia corsi@aicsvenezia.it e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info. La quota di iscrizione è di € 290,00 (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 per tutti e per tutte le età 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 16 adesioni).

Chi è già in possesso di un diploma AICS di istruttore di 1° 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 è di iscrizione è di € 80,00.

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Dipartimento Sport
Filippo Tiberia





MODULO DI ISCRIZIONE
ISTRUTTORE DI GINNASTICA PER TUTTI E PER TUTTE LE ETA'
ONLINE 27-28 SETTEMBRE – IN PRESENZA 11-12 OTTOBRE 2025 MESTRE (VE)

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 20/09/2025 A:
corsi@aicsvenezia.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 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

COSTO DEL CORSO 290,00

MODALITA' DI PAGAMENTO

Bonifico Bancario intestato a: Comitato Provinciale AICS Venezia

IBAN IT 51 B 01030 02000 00000 1258017

Causale: Nome, Cognome, Istruttore Ginnastica per Tutti e per Tutte le età