



Roma, 27.01.2026

Prot.n. 28

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

---

Loro Sedi

**Oggetto: *Corso di Formazione Personal Training e Preparazione Atletica Generale – Napoli – dal 14 febbraio al 04 luglio 2026.***

La Direzione Nazionale - Dipartimento Sport in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS di Napoli organizza il Corso di Formazione Personal Training e Preparazione Atletica Generale che si terrà a Napoli presso la **Palestra MIND&FIT – Via Cristoforo Colombo, 61 - dal 14 febbraio al 04 luglio p.v.**

Il Corso, riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso della tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso sarà tenuto dal **Docente Giovanni Figliolini** (Laurea in Scienze della Nutrizione Umana, Personal Trainer e preparatore atletico) e avrà la durata di almeno 66 ore, divisi in 11 incontri formativi da 6 ore ciascuna si rivolge a laureati e studenti di scienze motorie o appassionati e praticanti delle varie discipline sportive e si pone l'obiettivo di riunire tutte le principali conoscenze del campo, renderle fruibili e subito utilizzabili nel pratico attraverso un percorso che comprende lezioni teoriche e laboratoriali (60 ore) nonché giornate interamente dedicate alla pratica (12 ore). Ogni giornata avrà come tema uno specifico campo lavorativo delle due professioni e sarà inoltre effettuato un tirocinio in sede per applicare le conoscenze acquisite. Le lezioni saranno tenute in parte online e in parte in presenza.

Al termine i corsisti sosterranno un esame finale che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del Diploma di Personal Training e Preparazione Atletica Generale con il quale sarà possibile insegnare presso le Associazioni AICS del territorio nazionale. Gli istruttori saranno iscritti nell'Albo Nazionale AICS degli Istruttori. Gli aspiranti istruttori dovranno essere in possesso del certificato medico sportivo in corso di validità.

## CRONOPROGRAMMA

Data	Orario	Materie	Docente
14/02/2026	10.00-16.00	Fondamenta di anatomia, fisiologia e neurologia del movimento	Giovanni Figliolini
21/02/2026	10.00-16.00	Teoria e biomeccanica degli esercizi	Giovanni Figliolini
07/03/2026	10.00-16.00	Allenamento Funzionale (Pratica)	Giovanni Figliolini
21/03/2026	10.00-16.00	Allenamento in sala pesi (pratica)	Giovanni Figliolini
04/04/2026	10.00-16.00	Allenamento Posturale (teoria e pratica)	Giovanni Figliolini
18/04/2026	10.00-16.00	Allenamento Aerobico (Teoria e pratica)	Giovanni Figliolini
09/05/2026	10.00-16.00	Fitness e Body Building	Giovanni Figliolini
23/05/2026	10.00-16.00	Preparazione Atletica	Giovanni Figliolini
06/06/2026	10.00-16.00	Allenamento al femminile	Giovanni Figliolini
20/06/2026	10.00-16.00	Nutrizione umana e aspetti legislativi	Giovanni Figliolini
04/07/2026	10.00-16.00	Esami e varie	Giovanni Figliolini

### ISCRIZIONE CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **06 febbraio p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Napoli [napoli@aics.it](mailto:napoli@aics.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS - Dipartimento Sport – [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info). **La quota di iscrizione al Corso è di € 399,00** (a persona) ed è comprensiva della documentazione didattica, del diploma nazionale AICS, del tesserino tecnico digitale di Istruttore, scaricabile tramite l'app AICS 2.0 e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: AICS Comitato Provinciale AICS di Napoli codice **IBAN – IT65C0103003408000000374286 MPS AG. 8 CDN** Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Personal Training e Preparazione Atletica Generale. 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).

Il Responsabile Dipartimento Sport  
Filippo Tiberia





### MODULO DI ISCRIZIONE

## CORSO DI FORMAZIONE PERSONAL TRAINING E PREPARAZIONE ATLETICA GENERALE NAPOLI DAL 14 FEBBRAIO AL 04 LUGLIO 2026

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 06/02/2026 A:** [napoli@aics.it](mailto:napoli@aics.it) e a [dnsport@aics.info](mailto: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: € 399,00**

**MODALITÀ DI PAGAMENTO:**

**Bonifico Bancario intestato a:** AICS Comitato Provinciale AICS di Napoli

**IBAN: IT65C0103003408000000374286 - MPS AG. 8 CDN**

**Causale:** Nome, Cognome, Iscrizione Personal Training e Preparazione Atletica Generale