



Roma, 03.02.2026

Prot.n. 48

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società di Ginnastica Acrobatica AICS
Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione per Istruttore Nazionale AICS di Ginnastica Acrobatica Specialità Pole Dance/Sport 1° Livello – **Sassuolo (MO) – dal 31 maggio al 14 giugno 2026.**

La Direzione Nazionale, in collaborazione con la competente Commissione Tecnica di Pole Sport, organizza il “**Corso di Formazione per Istruttore Nazionale di Ginnastica Acrobatica – Specialità Pole Dance/Sport – Livello 1**” che si terrà in modalità on line nei giorni **30-31 maggio 2026 ed in presenza a Sassuolo (MO) e 13-14 giugno 2026 presso la ASD MOTUS EVOLUTION, in via Berna, 24.**

Il Corso è riservato ai soci AICS maggiorenni, in possesso di tessera associativa in corso di validità alla data di svolgimento del Corso, del certificato medico in corso di validità e che abbiano almeno due anni di pratica continuativa nella disciplina. Il corso sarà tenuto da **Elisa Gozzi** (Coach di atleti agonisti di Pole Sport e Pole Art. Responsabile Nazionale di Pole Sport e Aerial Sport per AICS - Giudice internazionale di Pole/Aerial Sport e Pole/Aerial Art. - Organizzatrice di competizioni Nazionali e Internazionali di Pole/Aerial Sport e Pole/Aerial Art) e da **Elena Cantelli** (Giudice internazionale di Pole/Aerial Sport e Art. - Coreografa di atleti agonisti di pole sport e pole art - Preparatrice atletica per la flessibilità di atleti agonisti di pole sport e pole art) e **Ingrid Maddalena** (Coach di atleti agonisti di Pole Sport e Pole Art e coreografa di atleti agonisti) Al termine i corsisti sosterranno un esame finale che, in caso di esito positivo, consentirà l’ottenimento del Diploma di Istruttore Nazionale AICS di Ginnastica Acrobatica Specialità Pole Dance/Sport 1° Livello, con il quale sarà possibile insegnare presso le Associazioni AICS del territorio nazionale. Gli Istruttori saranno, inoltre, iscritti nell’Albo Nazionale AICS degli Istruttori e riceveranno il tesserino da Istruttore AICS.

Il corso avrà la durata di 32 ore suddiviso in tre parti: una parte generale, una parte specialistica, e una parte pratica. La parte generale copre le conoscenze globali per gli aspetti dell’allenatore sportivo di ginnastica acrobatica, la parte specialistica è direttamente collegata alla specialità del pole dance/sport, la parte pratica riguarda la didattica all’attrezzo. Ogni parte chiamata in seguito "Modulo" è diviso in Unità Didattiche (UD) per facilitare la gestione della formazione e della realizzazione della connessa documentazione.

Il corso mira a formare istruttori qualificati per la pratica della pole dance/sport a livello amatoriale. Tali figure possono allenare atleti principianti appartenenti alla categoria amatoriale. L'istruttore di primo livello si configura come un tecnico abilitato ad avviare neofiti alla pratica della ginnastica acrobatica specialità pole dance/sport, a promuovere l'inserimento e la crescita degli allievi nelle strutture delle ASD/SSD e seguirne l'evoluzione tecnica a livello amatoriale. Previo superamento di una prova scritta e orale.

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

Dopo aver effettuato il pagamento sarà possibile accedere al materiale relativo alla parte teorica. Allo studente viene fornito tutto il materiale didattico necessario per sostenere l'esame della parte teorica.

Il docente mette inoltre a disposizione due giornate durante le quali verrà ripetuto integralmente il programma della parte teorica. In tali sessioni sarà possibile porre ulteriori domande di approfondimento. Al termine di queste due giornate dovrà essere sostenuto l'esame teorico, il quale è **obbligatorio per poter accedere alla parte pratica**. Per accedere alla parte pratica è necessario aver superato l'esame della parte teorica e aver saldato integralmente la quota del corso.

La parte pratica si svolgerà in presenza nel week-end messi a disposizione dai docenti. Al termine delle giornate pratiche dovrà essere sostenuto l'esame pratico.

Esame teorico: quiz di 100 domande a risposta multipla; per superarlo è necessario rispondere correttamente ad almeno 80 domande.

Esame pratico: si svolge in presenza e consiste in tre domande: una sulla preparazione atletica generica e/o specifica e due relative al lavoro all'attrezzo.

PARTE GENERALE (MODULO 1)

Fondamenti, contesto e principi metodologici

UD1 Pole Dance e Pole Sport: Cenni Storici

UD2 Linee guida Regolamento Quadri Tecnici

UD3 Organizzazione degli Organismi Sportivi in Italia

UD4 Aspetti Sociologici e Attività Sportiva

UD5 Anamnesi Sportiva

UD6 Cenni di psicologia dell'allenamento

UD7 Il corretto uso del linguaggio

UD8 Definizioni Fondamentali Cenni sulla terminologia della ginnastica

UD9 L'allenatore

UD10 Il riscaldamento

UD11 La coordinazione

UD12 Esercizio Fisico: gli Adattamenti

UD13 Prestazione Sportiva: Aspetti Relazionali e Cognitivi

UD14 Capacità di Carico e Prestazione Sportiva

UD15 Leve

PARTE GENERALE (MODULO 2)

Metodologia dell'allenamento e preparazione fisica

UD16 Allenamento della Forza

UD17 Allenamento della Potenza

UD18 Le Posizioni Statiche

UD19 Stimoli Allenanti

UD20 La flessibilità

UD21 Allenamento Aerobico

UD 22 Movimenti acrobatici

MODULI SPECIALISTICI (MS)

PARTE 1 – MS1

Propedeutica tecnica e approccio coreografico

UD23 Esercizi base per la flessibilità

UD 24 Movimento, musica e musicalità

UD 25 Sperimentazione coreografica con elementi di base

PARTE 2 – MS2

Preparazione fisica specifica e didattica applicata

UD26 Costruzione della routine di riscaldamento

UD27 Esercizi base di potenziamento specifico

UD28 Elementi di floor work base

UD 29 Elementi di floor base

PARTE 3 – MS3

Elementi tecnici specifici di Pole Dance/Sport

UD30 Gruppo A: Elementi di flessibilità - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD31 Gruppo B: Elementi di forza - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD32 Gruppo C: Elementi Spin on Static - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD33 Gruppo D: Elementi dinamici - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD34 Gruppo E: Elementi su palo spin- sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

Cronoprogramma

Data	Sede	Modalità	Materie	Docente
30 maggio 2026	On line	On line	Modulo 1 – 2	Elisa Gozzi, Elena Cantelli e Ingrid Maddalena
31 maggio 2026	On line	On line	Sessione Esame Teorico	Elisa Gozzi, Elena Cantelli e Ingrid Maddalena
13 giugno 2026	ASD Motus Evolution – Sassuolo (MO)	In presenza	Modulo 3	Elisa Gozzi, Elena Cantelli e Ingrid Maddalena
14 giugno 2026	ASD Motus Evolution – Sassuolo (MO)	In presenza	Sessione esame pratico	Elisa Gozzi, Elena Cantelli e Ingrid Maddalena

ISCRIZIONE AL CORSO

La quota di iscrizione è di **€ 700,00** (a persona) ed è comprensiva della documentazione didattica (manuale tecnico dell'istruttore), del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. L'iscrizione al corso dovrà essere effettuata, entro il **25 maggio p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail a dnsport@aics.info e per conoscenza a formazionepsga@gmail.com. Il pagamento deve essere effettuato tramite bonifico bancario intestato a: **AICS ASSOCIAZIONE ITALIANA CULTURA SPORT APS DIREZ.NAZIONALE** - **IBAN: IT 75I0103003271000061460833** - causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Ginnastica Acrobatica. 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 15 adesioni).

Per informazioni tecniche sul corso scrivere a : formazionepsga@gmail.com

Il Responsabile Nazionale Dipartimento Sport
Filippo Tiberia





MODULO ISCRIZIONE CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORE NAZIONALE DI GINNASTICA ACROBATICA – SPECIALITÀ POLE SPORT

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 25 MAGGIO 2026 A:
dnsport@aics.info e p.c. formazionepsga@gmail.com 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 _____