



Roma, 29.01.2026

Prot.n. 34

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

---

Loro Sedi

**Oggetto: Corso di Formazione Istruttore di Movimento Consapevole – Attività Sportiva Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness – modalità on-line – 21-28 febbraio 2026.**

La Direzione Nazionale AICS, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS Milano e l'Associazione Registro Italiano Diplomati Universitari, organizza il **Corso di Formazione Istruttore di Movimento Consapevole - Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness** che si terrà in modalità **on line dal 21 al 28 febbraio p.v. secondo la seguente articolazione:**

**Live streaming: 21 e 22 febbraio 2026**

**Modalità e-learning: dal 23 al 27 febbraio 2026**

**Esame finale: 28 febbraio 2026 (da remoto nella fascia oraria 10-19)**

Il Corso, riservato ai tesserati AICS maggiorenni in possesso della tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso, sarà tenuto dal **Dott. Alfonso Anzalotta** (Psicologo Clinico e dello Sport, diplomato in Scienze Motorie e Master in Fisioterapia Sportiva) e dalla **Dott.ssa Carmela D'Auria** (Psicologa - Psicoterapeuta cognitivo comportamentale) e avrà la durata di 32 ore erogate in modalità Blended (e-learning – google meet). Se l'esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore di Movimento Consapevole AICS di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, il tesserino tecnico e l'iscrizione all'Albo Nazionale Istruttore AICS.

Il movimento consapevole è una tecnica di attivazione sensoriale, rilassamento e allungamento che si caratterizza come un vero e proprio training volto ad insegnare alla persona, alla quale si somministra la procedura, a ridurre la tensione muscolare e le altre manifestazioni fisiche che incidono sull'equilibrio psicofisico. Lo scopo di questa tecnica è di giungere, in modo progressivo e graduale, a un completo controllo posturale.

## CRONOPROGRAMMA

21/02/2026	15:00 19:00	RPM, basato sul metodo dell'osservazione	Dott.ssa Carmela D'Auria
22/02/2026	10:00 13:00	Definizione teorica e pratica RMP	Dott.ssa Carmela D'Auria
22/02/2026	14:30 17:00	Conduzione della pratica di rilassamento	Dott.ssa Carmela D'Auria
22/02/2026	17:00 19:30	Training sensomotorio e posturale. Legislazione e descrizione profilo operatore.	Dott. Alfonso Anzalotta
Dal 23/02/2026 al 27/02/2026	17:00 19:00	e-learning	Dott. Alfonso Anzalotta
28/02/2026	10:00 19:00	Esame Finale	Dott. Alfonso Anzalotta

### ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **13 febbraio p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato via e-mail alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info) e p.c. a: [registroitalianodu@gmail.com](mailto:registroitalianodu@gmail.com) **La quota di iscrizione è di € 199,00** (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 ASSOCIAZIONE ITALIANA CULTURA SPORT APS DIREZ.NAZIONALE** – **IBAN: IT 75 I 01030 03271 000061460833** – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Istruttore di Movimento Consapevole Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. **Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 5 iscritti massimo 100.**

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Dipartimento Sport  
Filippo Tiberia





## MODULO DI ISCRIZIONE

### **CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE DI MOVIMENTO CONSAPEVOLE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE ED AL FITNESS ONLINE 21-28 FEBBRAIO 2026**

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 13/02/2026 A: [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info)  
e p.c. a: [registroitalianodu@gmail.com](mailto:registroitalianodu@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 \_\_\_\_\_