



Roma, 06.08.2026

Prot.n. 348

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

Loro Sedi

Oggetto: *Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness, a corpo libero e con piccoli attrezzi 1° livello – Mestre (VE) – 17-18 ottobre e 14-15 novembre 2026*

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNIwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il ***“per Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness, a corpo libero e con piccoli attrezzi” 1° Livello*** che si terrà in modalità **on-line** nei giorni **17-18 ottobre** e in **presenza** nei giorni **14-15 novembre p.v. presso sala multidisciplinare del Comitato Provinciale AICS di Venezia - Via Gazzera Alta, 44 Mestre (VE) .**

Il Corso è riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di certificato medico di idoneità sportiva non agonistica in corso di validità, diploma di scuola secondaria di secondo grado e tessera associativa valida alla data di svolgimento e avrà la durata complessiva di 32 ore, suddivise in 12 ore di lezioni teoriche e 20 ore di lezioni pratiche con un esame finale.

L'obiettivo del corso è quello di formare istruttori di primo livello, con competenze base di comunicazione, programmazione e gestione finalizzate ad acquisire la capacità di organizzare corsi rivolti ad un pubblico eterogeneo con allenamenti a corpo libero e con piccoli attrezzi.

Il 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, formatore nazionale AiCS.

ARGOMENTI LEZIONI TEORICHE: anatomia scheletrica e muscolare, biomeccanica e piani di movimento, metabolismi energetici, capacità coordinative e condizionali, cenni di neurologia applicata al movimento, addome e core, principali patologie o problematiche, come strutturare una lezione e come creare una programmazione.

ARGOMENTI LEZIONE PRATICA: core stability, mobilità articolare a corpo libero e con piccoli attrezzi.

Al termine i corsisti sosterranno un esame finale, costituito da un test scritto a risposta multipla e una prova pratica. In caso di esito positivo, verrà 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 con il quale sarà possibile operare presso le ASD affiliate AICS su tutto il territorio nazionale.

È obbligatorio frequentare il 90% delle lezioni, chi non avrà effettuato la frequenza minima non avrà diritto all'esame finale.

Gli orari indicati potranno subire delle variazioni che saranno comunicate dall'organizzatore ai partecipanti.

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
17/10/2026	8.30/14.30	Lezione teorica online	Michele Mirabile
18/10/2026	8.30/14.30	Lezione teorica e pratica online	Michele Mirabile
14/11/2026	08.30/18.30	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile
15/11/2026	08.30/18.30	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile Patrizia Marras

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata entro il **09 ottobre p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia corsi@aicsvenezia.it 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 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 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).

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Dipartimento Sport
Filippo Tiberia





MODULO DI ISCRIZIONE
ISTRUTTORE DI GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE ED AL FITNESS
A CORPO LIBERO E CON PICCOLI ATTREZZI 1° LIVELLO
ONLINE 17-18 OTTOBRE E IN PRESENZA 14-15 NOVEMBRE 2026 MESTRE (VI)

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 09/10/2026 A:

aicsvi@goldnet.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**