



Roma, 03.08.2026

Prot.n. 334

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

Oggetto: *Corso di Formazione per Istruttore di Ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness – Giarre (CT) – dal 26 settembre al 04 ottobre 2026*

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS di Catania organizza il Corso di Formazione ***Istruttore di Ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness*** che si terrà a **Giarre (CT), dal 26 settembre al 04 ottobre p.v.**

Il Corso, riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso sarà tenuto da docenti qualificati e avrà la durata di 48 ore di lezione. Il corso di formazione per istruttore di **Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness** è rivolto ad atleti con esperienza, a studenti e laureati in Scienze Motorie e Sportive, a chi già pratica questa attività e a chi inizia il suo approccio alla professione. Sono ammessi a frequentare il corso i corsisti che abbiano un diploma di scuola media inferiore e che abbiano una comprovata formazione nell'ambito della **Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness**.

L'obiettivo del percorso è quello di formare istruttori sportivi competenti e preparati, in grado di operare in sala pesi e nei centri fitness e superando il test finale l'istruttore potrà operare a tutti gli effetti nell'ambito della **Ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness**.

Il corso prevede una formazione teorica attenta mirata nell'ambito dell'anatomia, fisiologia, kinesiologia, biomeccanica e altre materie generali. La formazione specifica prevede un iter relativo alla teoria e metodologia dell'allenamento. Ampio spazio sarà dedicato alla parte pratica alle esercitazioni pratiche, guidate da insegnanti esperti, affinché i corsisti possano acquisire le competenze tecniche indispensabili per l'attività professionale. Il percorso sarà inoltre arricchito da moduli dedicati alla scienza dell'alimentazione, al primo soccorso (BLS) e alla psicologia dello sport.

A ciascun partecipante sarà consegnata una borsa contenente il materiale didattico necessario per seguire il corso. I docenti metteranno inoltre a disposizione dispense e ulteriori materiali di approfondimento a supporto dello studio.

Le lezioni saranno condotte con modalità con modalità mista in presenza e on-line. Al termine i corsisti sosterranno un esame teorico-pratico che, in caso di esito positivo, consentirà

l'ottenimento del Diploma di Istruttore Nazionale di Ginnastica Finalizzata alla salute ed al fitness, con il quale sarà possibile operare presso le ASD affiliate AICS su tutto il territorio Nazionale e in tutti gli ambiti previsti dalle disposizioni di legge delle diverse Amministrazioni Regionali. Gli Istruttori saranno iscritti nell'Albo Nazionale AICS degli Istruttori pubblicato sul sito istituzione www.aics.it. In caso di mancato superamento dell'esame il corsista potrà ripetere l'esame gratuitamente entro un anno, dandone comunicazione scritta alla segreteria organizzativa. Gli aspiranti istruttori dovranno essere in possesso del certificato medico sportivo in corso di validità.

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

La segreteria organizzativa si riserva il diritto di annullare i corsi qualora non si raggiunga il numero d'iscritti, provvedendo in tal caso al rimborso totale delle quote già versate.

Cronoprogramma delle lezioni:

Data	Orari o	Materie	Docente
26/09/2026	09:00 13:00	ANATOMIA	Dott. LICCIARDELLO ANTONIO
26/09/2026	15:00 19:00	FISIOLOGIA APPLICATA ALLO SPORT	Prof.ssa PISCITELLO VIVIANA
27/09/2026	09:00 13:00	BIOMECCANICA APPLICATA ALLO SPORT	Prof.ssa COSTANTINO ROSALINDA
27/09/2026	15:00 19:00	PSICOLOGIA APPLICATA ALLO SPORT	Dott. CLIENTI FEDERICO
03/10/2026	09:00 13:00	ELEMENTI DI BIOLOGIA NUTRIZIONALE	Nutrizionista Dott.ssa CALI' SILVIA
03/10/2026	15:00 19:00	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	Prof. GUARRERA ROSARIO
04/10/2026	09:00 13:00	ELEMENTI PRIMO SOCCORSO BLS	Prof. FRESTA RICCARDO
04/10/2026	15:00 19:00	TEORIA E METODOLOGIA DELLA GINNASTICA	Prof. MARINO GIUSEPPE

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **18 settembre p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Catania catania@aics.it e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info. **La quota di iscrizione al Corso è di € 300,00** (a persona), ed è comprensiva del diploma nazionale AICS, del tesserino tecnico digitale di Istruttore, scaricabile tramite l'app AICS 2.0 e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS, la quota comprende il materiale didattico

Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: AICS – Comitato Provinciale di Catania IBAN: **IT 18 M 01030 83950 00000 1021242 MPS** – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore 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 3 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 10 adesioni).

Per ulteriori informazioni di carattere tecnico amministrativo contattare il Responsabile del Corso **Prof. Orazio Fresta cell. 3275257111.**

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Settore Sport
Filippo Tiberia





MODULO DI ISCRIZIONE
CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA
ALLA SALUTE ED AL FITNESS
GIARRE (CT) DAL 26 SETTEMBRE AL 04 OTTOBRE 2026

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 18/09/2026 a: catania@aics.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 requisiti 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 _____