



Roma, 14.09.2026

Prot.n. 377

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 – 07-08 e 14-15 novembre 2026.

La Direzione Nazionale AICS, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS Milano e l'Associazione Registro Italiano Diplomatici Universitari, organizza il **Corso di Formazione Istruttore di Movimento Consapevole - Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness** che si terrà in modalità **on line nei giorni 07-08 e 14-15 novembre p.v. secondo la seguente articolazione:**

Live streaming: 07-08 novembre 2026

Modalità e-learning: 14-15 novembre 2026

Esame finale: 15 novembre 2026

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

07/11/2026	15:00 19:30	Training sensomotorio e profilo giuridico dell'operatore sportivo	Dott. Alfonso Anzalotta
08/11/2026	10:00 13:00 14:00 17:00 17:00 19:30	RMP, basato sul metodo dell'osservazione scientifica Definizione teorica e pratica RMP Conduzione della pratica di rilassamento	Dott.ssa Carmela D'Auria
14/11/2026	9:00 13:00 14:00 19:30	e-learning	Dott. Alfonso Anzalotta
15/11/2026	9:00 13:00 14:00 19:30	e-learning + esame finale	Dott. Alfonso Anzalotta

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **30 ottobre p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato via e-mail alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info e p.c. a: registraitalianodu@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 07-08 – 14-15 NOVEMBRE 2026

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 30/10/2026 A: dnsport@aics.info
e p.c. a: registraitalianodu@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 _____