



Roma, 16.01.2024  
Prot.n. 1493

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

---

Loro Sedi

**Oggetto: *Corso di Formazione per Istruttore di Ginnastica per tutti e per tutte le età 1° livello – Mestre (VE) 03-04-17-18 febbraio 2024.***

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNIwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il **“Corso di Formazione per Istruttore di Ginnastica per tutti e per tutte le età” 1° Livello** che si terrà, a **Mestre (VE)** nei giorni **03-04 febbraio on-line e 17-18 febbraio in presenza.**

Il Corso è riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di certificato medico di idoneità sportiva in corso di validità e della tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso. Il discente deve avere conoscenze pregresse nell’ambito sportivo di riferimento disciplinare e conoscenze base di anatomia. 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). Il Corso avrà la durata di 20 ore di lezioni teoriche e 12 ore di lezioni pratiche con esame finale. Se l’esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore AICS di Ginnastica Finalizzata per tutti e per tutte le età 1° livello, il tesserino tecnico e l’iscrizione all’Albo Nazionale Istruttori AICS. Le lezioni saranno tenute in parte online e in parte in presenza ma sarà possibile partecipare al Corso anche internamente in modalità online (su richiesta)

**ARGOMENTI LEZIONI TEORICHE (20 ore):**

anatomia scheletrica e muscolare; biomeccanica e piani di movimento; metabolismi energetici; capacità coordinative e condizionali; cenni di neurologia applicata al movimento; core; principali patologie o problematiche; come strutturare una lezione; l’approccio e la metodologia più adeguata secondo le fasce di età a cui ci si rivolge suddivisa in tre principali fasce: bambini, adulti, terza età. Come creare una programmazione. Verrà messo a disposizione dei partecipanti una partizione in google drive dove potranno accedere alle lezioni registrate, ai video tutorial e al materiale didattico, per lo studio che i discenti dovranno svolgere a casa.

**ARGOMENTI LEZIONE PRATICA (12 ore):** core stability, esercizi di mobilità articolare a corpo libero, rinforzo, stabilità per bambini, adulti e terza età.

## Cronoprogramma delle lezioni

| Data       | Orario     | Materie                          | Docente          |
|------------|------------|----------------------------------|------------------|
| 03/02/2024 | 8.30/13.30 | Lezione teorica online           | Michele Mirabile |
| 04/02/2024 | 8.30/13.30 | Lezione teorica e pratica online | Michele Mirabile |
| 17/02/2023 | 9.00/18.00 | Lezione teorica e pratica        | Michele Mirabile |
| 18/02/2023 | 9.00/18.00 | Lezione teorica e pratica        | Michele Mirabile |

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **31 gennaio p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia [venezia@aics.it](mailto:venezia@aics.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto: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 di Istruttore 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 Presidente  
On. Bruno Molea





**MODULO ISCRIZIONE**  
**CORSO ISTRUTTORE GINNASTICA PER TUTTI E PER TUTTE LE ETA' 1° Livello**  
**03-04 17-18 FEBBRAIO 2024**

Compilare in tutte le sue parti ed inviare entro il **31 gennaio 2024** a: [veneziana@aicis.it](mailto:veneziana@aicis.it) e per conoscenza a [dnsport@aicis.info](mailto:dnsport@aicis.info)

| PARTECIPANTE  |  |                     |  |
|---|--|---------------------|--|
| COGNOME e NOME n. Tess. AICS  |  | E-MAIL              |  |
|   |  |                     |  |
| DATI PARTECIPANTE   |  |                     |  |
| Circolo AICS e cod. affiliazione  |  | Persona richiedente |  |
| Indirizzo   |  | E-Mail              |  |
| CAP e Città   |  | Tel e Fax           |  |
| P.IVA   |  | Codice Fiscale      |  |
| Data  |  | Firma               |  |
| INDICARE INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA PER L'INVIO DELLA DOCUMENTAZIONE INERENTE IL CORSO:<br>_____  |  |                     |  |
| <b>MODALITÀ DI PAGAMENTO - Bonifico Bancario a: AICS – COMITATO PROVINCIALE VENEZIA</b><br><b>IBAN: IT 51 B 01030 02000 00000 1258017</b><br><b>CAUSALE: NOME, COGNOME, ISCRIZIONE CORSO ISTRUTTORE GINNASTICA PER TUTTI E PER TUTTE LE ETA' 1° LIVELLO</b> |  |                     |  |

**CONDIZIONI GENERALI DI PARTECIPAZIONE:**

- La quota d'iscrizione di € 290,00 (a persona) comprende: docenza, documentazione didattica, diploma nazionale AICS, tesserino Istruttore AICS, Iscrizione all'Albo Nazionale AICS degli Istruttori. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di n. 6 iscritti (massimo 16).

|  |   |
|--|---|
| Si accettano i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e nella circolare del corso | Si dichiara che il Partecipante ha preso visione degli Obiettivi, dei Prerequisiti e dei Contenuti del Corso. |
|  |   |
| <b>Timbro e firma del Richiedente</b>  | <b>Firma del Partecipante o del Richiedente</b>   |

Ai sensi dell'art. 13 del GDPR 2016/679/UE – Regolamento Europeo in materia di protezione dei dati personali 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.

Data \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Timbro e firma \_\_\_\_\_