



Roma, 30.05.2024

Prot.n. 1766

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

---

Loro Sedi

**Oggetto: Corso di Formazione Istruttore Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness – metodo Pilates – Trezzo sull’Adda (MI) 28-29 settembre 2024.**

La Direzione Nazionale AICS, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS Milano e l’Associazione Registro Italiano Diplomati Universitari, organizza il **Corso di Formazione Nazionale per Istruttore Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness – metodo Pilates** che si terrà a **Trezzo sull’Adda (MI) nei giorni 28-29 settembre p.v.**

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** (Laureato in Dietistica, diplomato in Scienze Motorie e Master in Fisioterapia Sportiva) e dalla **Dott.ssa Roberta Farina** (Laureata in Scienze Motorie, MCB specializzata in Pilates) e avrà la durata di 32 ore ed è erogato in modalità Blended (e-learning – google meet più weekend di formazione pratica il 28-29 settembre 2024, presso lo Studio 3r – Via Carlo Biffi, 12 – Trezzo sull’Adda (MI). Se l’esito dell’esame sarà positivo, agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore AICS di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, il tesserino tecnico e l’iscrizione all’Albo Nazionale Istruttore AICS.

Il Pilates è un metodo di allenamento che sviluppa consapevolezza del movimento, rafforza i muscoli, soprattutto quelli profondi e di sostegno della colonna vertebrale e garantisce un riequilibrio generale del corpo. Il metodo si basa su sei principi cardine: Concentrazione, controllo, baricentro, fluidità, precisione e respirazione.

## Cronoprogramma

28/09/2024	14,30/18,30	Teorie e tecniche del pilates a corpo libero	Dott.ssa Roberta Farina
29/09/2024	09,30/13,30	Teorie e tecniche del Pilates su reformer	Dott.ssa Roberta Farina
29/09/2024	14,30/17,00	Teorie e tecniche del Pilates su cadillac	Dott.ssa Roberta Farina
29/09/2024	17,00/18,30	Legislazione e descrizione profilo operatore	Dott. Alfonso Anzalotta

### **ISCRIZIONE AL CORSO**

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **20 settembre 2024**, 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 € 399,00** (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 DIREZIONE NAZIONALE – **IBAN: IT 75 I 01030 03271 000061460833** – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Istruttore Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness – metodo Pilates. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. **Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 3 iscritti massimo 9.**

Un cordiale saluto.

Il Presidente  
On. Bruno Molea





**MODULO DI ISCRIZIONE**  
**CORSO DI FORMAZIONE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE**  
**ED AL FITNESS – METODO PILATES**

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 20/09/2024 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 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 \_\_\_\_\_

**COSTO DEL CORSO: € 399,00**

**MODALITÀ DI PAGAMENTO:**

**Bonifico Bancario intestato a:** AICS DIREZIONE NAZIONALE

**IBAN:** IT 75 I 01030 03271 000061460833;

**Causale:** Nome, Cognome, Iscrizione Istruttore Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness.