



Roma, 17.07.2024

Prot.n. 1784

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

---

Loro Sedi

**Oggetto: Corso di Formazione per Educatore di Nutrizione Sportiva 1° livello, modalità on-line 26-27 ottobre p.v..**

La Direzione Nazionale AICS, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS Milano e l'Associazione Registro Italiano Diplomatici Universitari, organizza il **Corso di Formazione per Educatore di Nutrizione Sportiva 1° livello** che si terrà in modalità on line (google meet – formazione e-learning) **nei giorni 26 e 27 ottobre 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 Universitario in Scienza dell'Alimentazione e Dietistica applicata) e **dal Dott. Salvatore Annarumma** (Biologo nutrizionista, Dottore magistrale in Biologia Molecolare, Sanitaria e della Nutrizione) e avrà la durata di 32 ore ed è erogato in modalità online (e-learning – google meet). Se l'esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di **Corso di Formazione per Educatore di Nutrizione Sportiva 1° livello** relativo all'attività di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, il tesserino tecnico e l'iscrizione all'Albo Nazionale Istruttore AICS.

Gli aspetti principali del Corso in Nutrizione Sportiva sono quello nutrizionale e quello comportamentale. Il corso si occupa anche di consulenza nello sviluppo sostenibile, attenzione all'integrazione sportiva e su come e dove trovare gli ultimi aggiornamenti scientifici in campo alimentare. Questo corso offre un ampio materiale teorico e pratico aggiornato in modo che lo studente acquisisca le conoscenze, le abilità e le abilità necessarie in questo settore per migliorare le condizioni del discente.

## Cronoprogramma

<i>Data</i>	<i>Orario</i>	<i>Materie</i>	<i>Docente</i>
26/10/2024	15:00 19:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- Introduzione</li><li>- Concetto di nutrizione sportiva: è solo veramente ragionare sulla dieta?</li><li>- Basi di valutazione corporea</li><li>- Gli atleti hanno sempre un'alimentazione salutare?</li><li>- I macronutrienti, applicazioni nello sport e fitness</li><li>- I micronutrienti, applicazioni nello sport e fitness</li></ul>	Dott. Salvatore Annarumma
27/10/2024	10:00 13:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- Nutrizione nei vari sport: esistono davvero differenze? (bodybuilding, powerlifting, calcio, volley e basket, nuoto, ciclismo)</li><li>- Proteine... proteine ovunque: ha senso?</li><li>- Periodizzazione del piano nutrizionale</li><li>- Differenze nutrizionali tra atleti e atlete</li></ul>	Dott. Salvatore Annarumma
27/10/2024	14:30 17:30	<ul style="list-style-type: none"><li>- Il sonno: l'alleato troppo silente</li><li>- Integratori e sport: servono solo per la performance?</li><li>- Principi di applicazioni pratiche</li><li>- Alcuni esempi pratici</li></ul>	Dott. Salvatore Annarumma
27/10/2024	17:30 19:00	<ul style="list-style-type: none"><li>- Legislazione e descrizione profilo operatore</li><li>- Q&amp;A e conclusione</li></ul>	Dott. Alfonso Anzalotta

### **ISCRIZIONE AL CORSO**

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **20 ottobre 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 € 199,00** (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. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. **Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 3 iscritti.**

Un cordiale saluto.

Il Presidente

On. Bruno Molea



## **MODULO DI ISCRIZIONE**

### **CORSO DI FORMAZIONE EDUCATORE DI NUTRIZIONE SPORTIVA 1° LIVELLO**

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 20/10/2024 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: € 199,00**

**MODALITÀ DI PAGAMENTO:**

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

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

**Causale: Nome, Cognome, Iscrizione corso Educatore Nutrizione Sportiva 1° livello**