



Roma, 02.08.2024  
Prot.n. 1886

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, a corpo libero e con piccoli attrezzi 1° livello - Mestre (VE) 21-22 settembre - 12-13 ottobre 2024***

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNIwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il **“Corso di Formazione per Istruttore di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, a corpo libero e con piccoli attrezzi 1° Livello** che si terrà, a **Mestre (VE)** nei giorni **21-22 settembre on-line e 12-13 ottobre 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; addome e core; principali patologie o problematiche; come strutturare una lezione; e come creare una programmazione. 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 e con piccoli attrezzi.

## Cronoprogramma delle lezioni

| Data       | Orario     | Materie                          | Docente          |
|------------|------------|----------------------------------|------------------|
| 21/09/2024 | 8.30/13.30 | Lezione teorica online           | Michele Mirabile |
| 22/09/2024 | 8.30/13.30 | Lezione teorica e pratica online | Michele Mirabile |
| 12/10/2024 | 9.00/18.00 | Lezione teorica e pratica        | Michele Mirabile |
| 13/10/2024 | 9.00/18.00 | Lezione teorica e pratica        | Michele Mirabile |

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **13 settembre p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia [veneziamirabile@aics.it](mailto:veneziamirabile@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 Finalizzata alla Salute ed al Fitness, a corpo libero e con piccoli attrezzi 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).

**Per chi volesse frequentare anche il corso di 1° livello di ginnastica per tutti e per tutte le età organizzato da UNIWALK AiCS Venezia** potrà iscriversi al secondo corso con un costo aggiuntivo di soli **€ 150,00**, inviando entrambe le schede di iscrizione allegando un unico pagamento.

**Per chi volesse frequentare anche il corso di 2° livello di ginnastica posturale - finalizzata alla salute ed al fitness organizzato da UNIWALK AiCS Venezia** previsto ad ottobre, all'atto d'iscrizione potrà usufruire di una riduzione di costo.

**Chi è già in possesso di un diploma AICS** di "Ginnastica Finalizzata alla salute ed al fitness" o di "Ginnastica per Tutti" potrà partecipare al corso che avrà validità come **AGGIORNAMENTO**, non dovrà sostenere l'esame il costo d'iscrizione è di **€ 80,00**.

Un cordiale saluto.

Il Presidente  
On. Bruno Molea





## MODULO DI ISCRIZIONE

**ISTRUTTORE DI GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE ED AL FITNESS, A CORPO LIBERO E CON PICCOLI ATTREZZI 1° LIVELLO**

**MESTRE (VE) 21-22 SETTEMBRE – 12-13 OTTOBRE 2024**

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 13/09/2024 A:**

[venezia@aics.it](mailto:venezia@aics.it) e p.c. a [dnsport@aics.info](mailto: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**

**COSTO DEL CORSO 290,00**

**MODALITA' DI PAGAMENTO**

**Bonifico Bancario intestato a: Comitato Provinciale AICS Venezia**

**IBAN IT 51 B 01030 02000 00000 1258017**

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