



Roma, 25.10.2024
Prot.n. 2082

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

Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione Istruttore Attività Ginnico-Motorie Acquatiche Applicate alle Discipline del Nuoto/Acquagym – Bologna – novembre-dicembre 2024 – gennaio 2025.

La Direzione Nazionale, il Comitato Provinciale AICS di Bologna e la Rari Nantes ASD organizzano il **Corso di Formazione per Istruttore di Attività Ginnico-Motorie Acquatiche Applicate alle Discipline del Nuoto/Acquagym** che si terrà a Bologna **nei mesi di novembre, dicembre 2024 e gennaio 2025 p.v.**, c/o la Rari Nantes ASD – Piscina Sterlino – Via Murri, 113 e per quanto riguarda il tirocinio c/o la Piscina di Ca' Selvatica, 11/2.

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, si articola in **40 ore** suddivise come segue: tre giornate di 7 ore ciascuna comprensive di lezioni teoriche e lezioni pratiche dentro e fuori dall'acqua, una giornata di 4 ore comprensiva di esame finale e 15 ore di tirocinio. I docenti del Corso saranno: la **Dott.ssa Sissi Dalle Nogare** (laureata in Lingue e Scienze della Letteratura – Istruttrice di Nuoto II livello brevetto FIN – Istruttrice di Acquagym) dalla **Dott.ssa Denise Di Benedetto** (Laurea in filosofia – Istruttrice di nuoto e di Acquagym) dalla **Dott.ssa Gaia Morizzo** (Laurea in biologia marina – Istruttrice di II livello FIN e di Acquagym) dalla **Dott. Flavio Maffia** (Laurea in Scienze della natura – Istruttore di Nuoto e Fitness FIN Coordinatore Scuola Nuoto FIN).

Il corso nasce dall'esigenza di formare nuovi istruttori e istruttrici, che abbiano competenze riguardanti la ginnastica in acqua a corpo libero e con l'impiego di piccoli attrezzi come manubri, guantoni, cavigliere, ecc. È una formula nata dall'esigenza di includere sia appassionati/e sia aspiranti professionisti/e del settore: chi è incuriosito dal settore e vuole mettersi in gioco potrà partecipare solamente al corso senza proseguire con il tirocinio (con rilascio dell'attestato di partecipazione); chi invece vuole costruire un futuro lavorativo completerà la parte formativa con il tirocinio, e in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del Diploma e del tesserino di **Istruttore Nazionale AICS di Attività Ginnico-Motorie Acquatiche Applicate alle Discipline del**

Nuoto/Acquagym , con il quale sarà possibile insegnare presso le Associazioni AICS del territorio nazionale. Gli Istruttori saranno, inoltre, iscritti nell'Albo Nazionale AICS degli Istruttori.

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
30.11.24	09:30- 16:30	<ul style="list-style-type: none"> • Accredito e consegna materiale didattico. Presentazione del corso, di Aics e Coni. • Principi ed effetti del movimento in acqua; • Cosa si intende per aquafitness oggi? Sguardo globale sul panorama dell'aquafitness; • (Teoria 1) Introduzione teorica all'aquafitness: postura in acqua, movimenti base, uso della musica, struttura della lezione; • (Pratica 1) Presentazione di una lezione e valutazione del livello della classe; • (Pratica 2) Pratica in acqua su quanto affrontato durante la parte teorica (postura, movimenti base). 	Dott.ssa Sissi Dalle Nogare Denise Di Benedetto
07.12.24	9:30 -16:30	<i>Focus on aquafitness okeo method</i> <ul style="list-style-type: none"> • Masterclass dimostrativa; • Teoria/pratica a secco per allenarsi a simulare il gesto acquatico; peculiarità dell'<i>okeo method</i>; • <i>Combo blocks lab</i>: pratica in acqua con presentazione di una masterclass esplicativa del metodo; • Laboratorio pratico in acqua: lezione interattiva in cui i partecipanti sperimentano il metodo nella presentazione dei blocchi di lavoro. 	Gaia Morizzo (Head Coach Okeo Academy, docente ospite) Denise Di Benedetto
14.12.24	9:30 – 16:30	<ul style="list-style-type: none"> • Riflessioni sul lavoro delle prime due giornate e <i>question time</i>; • (Teoria 2) La figura dell'istruttore e gli strumenti per interagire con 	Denise Di Benedetto

		<p>la classe;</p> <ul style="list-style-type: none"> • (Teoria 3) Approfondimento sull'utilizzo di piccoli attrezzi e sulle varie tipologie di lezione; • (Pratica 3) Pratica a secco: come mostrare correttamente i movimenti per farli comprendere alla classe. Muoversi a tempo di musica. • (Pratica 4) Laboratorio interattivo in cui i partecipanti si alterneranno nella presentazione di blocchi di lavoro a bordo vasca: il gruppo di lavoro discuterà insieme delle criticità e dei punti forti di quanto presentato. 	
15.12.24	09:00-13:00	<ul style="list-style-type: none"> • Esercitazioni guidate in preparazione della prova finale; • Esame finale: simulazione di lezione base (20 minuti circa) e colloquio orale. 	Commissione di esame: Dott.ssa Sissi Dalle Nogare, Dott.ssa Denise Di Benedetto, Dott. Flavio Maffia
dal 02.12.24 al 31.01.25	Durante gli orari settimanali dei corsi di acquagym presso Piscina Sterlino e Piscina Ca' Selvatica a Bologna	<ul style="list-style-type: none"> • Tirocinio preparatorio all'insegnamento di 15 ore totali da effettuare nel periodo compreso tra il 02/12/2024 e il 31/01/2025 affiancando le istruttrici e gli istruttori che tengono i corsi di acquagym presso le piscine Sterlino e Ca' Selvatica (NB è obbligatorio svolgere almeno 5 ore di affiancamento entro il 21/12/24) 	Diversi istruttrici e istruttori a seconda delle giornate e degli orari

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata **entro il 18 novembre p.v.** compilando il modulo allegato e dovrà essere inoltrata via e-mail al Comitato Provinciale di Bologna francesca.brecciaroli@aicsbologna.it e per conoscenza a Dipartimento Sport dnsport@aics.info. **La quota di iscrizione al Corso è di € 260,00** (a persona). Al termine del programma gli Istruttori qualificati riceveranno il Diploma Nazionale AICS, il tesserino tecnico (solo in formato digitale) e saranno iscritti nell'Albo Nazionale dei Tecnici AICS pubblicato sul sito www.aics.it.

La predetta quota di iscrizione dovrà essere versata, nei termini indicati, tramite bonifico bancario intestato a: Comitato Provinciale AICS BOLOGNA – IBAN IT26C0707202406000000104991 Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Parkour. **La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione.**

Il Corso sarà effettivamente attivato al raggiungimento di un minimo di **6 iscritti** (chiusura iscrizioni al raggiungimento di **16 adesioni**).

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Settore Sport
Filippo Tiberia



Il Presidente
On. Bruno Molea





MODULO DI ISCRIZIONE
CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE ATTIVITA' GINNICO- MOTORIE
ACQUATICHE Applicate alle Discipline del Nuoto/Acquagym
BOLOGNA – NOVEMBRE-DICEMBRE 2024 – GENNAIO 2025

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 18/11/2024 A:
francesca.brecciaroli@aicsbologna.it 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

Data ___/___/_____ Firma _____

COSTO DEL CORSO: € 260,00

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

Bonifico Bancario intestato a: Comitato Provinciale AICS BOLOGNA

IBAN IT26C0707202406000000104991

Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Istruttore Attività Acquatiche