



Roma, 17/12/2024  
Prot.n. 2156

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 – Giarre (CT) – dal 24 gennaio al 09 febbraio 2025.**

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS di Catania organizza il Corso di Formazione **Istruttore di Ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness** che si terrà a **Giarre (CT), dal 24 gennaio al 09 febbraio 2025.**

Il Corso, riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso sarà tenuto da docenti qualificati e avrà la durata di 48 ore di lezione. Il corso di formazione per istruttore di **Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness** è rivolto ad atleti con esperienza, a studenti e laureati in Scienze Motorie e Sportive, a chi già pratica questa attività e a chi inizia il suo approccio alla professione. Sono ammessi a frequentare il corso tutti i maggiorenni con diploma di scuola media inferiore che abbiano una comprovata formazione nell'ambito della **Ginnastica Finalizzata alla salute ed al Fitness.**

Il corso ha la finalità di formare istruttori sportivi che svolgono la loro attività in sala pesi. Superato il test finale l'istruttore potrà operare a tutti gli effetti nell'ambito della **Ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness.** Obiettivo del corso è fornire strumenti teorici e pratici per formare in modo efficace gli operatori del Fitness e dello Sport.

Il corso prevede una formazione teorica attenta mirata nell'ambito dell'anatomia, fisiologia, kinesiologia, biomeccanica e altre materie generali. La formazione specifica prevede un iter relativo alla teoria e metodologia dell'allenamento. Sarà dato molto spazio alla parte pratica seguita da insegnanti esperti. Saranno introdotti, infine, elementi relativi alla scienza dell'alimentazione al primo soccorso (BLS) e alla psicologia dello sport.

Le lezioni saranno condotte con modalità con modalità mista in presenza e on-line. Al termine i corsisti sosterranno un esame teorico-pratico che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del Diploma di Istruttore Nazionale di Ginnastica Finalizzata alla salute ed al fitness, con il quale sarà possibile operare presso le ASD affiliate AICS su tutto il territorio Nazionale e in tutti gli ambiti previsti dalle disposizioni di legge delle diverse Amministrazioni Regionali. Gli Istruttori saranno iscritti nell'Albo Nazionale AICS degli Istruttori pubblicato sul sito istituzione

[www.aics.it](http://www.aics.it) . Gli aspiranti istruttori dovranno essere in possesso del certificato medico sportivo in corso di validità.

È obbligatorio frequentare **90%** delle lezioni pratiche, chi non avrà effettuato la frequenza minima di lezioni non avrà diritto all'esame finale.

### **Cronoprogramma**

Data	Orario	Materie	Docente
24/01/25	15- 20	ANATOMIA FISILOGIA APPLICATA ALLO SPORT	<b>Dott.ssa LICCIARDELLO CHIARA</b>
25/01/25	09 -13	ELEMENTI DI BIOLOGIA NUTRIZIONALE	<b>NUTRIZIONISTA Dott.ssa CALI' SILVIA</b>
25/01/25	15 - 20	TEORIA E METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	<b>Prof. GUARRERA ROSARIO</b>
26/01/25	9 - 13	TEORIA E METODOLOGIA DEL FITNESS E GINNASTICA	<b>Prof.ssa COSTANTINO ROSALINDA</b>
26/01/25	15 - 20	ELEMENTI PRIMO SOCCORSO BLS	<b>Prof. FRESTA RICCARDO</b>
01/02/25	9 - 13	TEORIA E METODOLOGIA DELLA GINNASTICA APPLICATA - Esercitazioni pratiche	<b>Prof.ssa PISCITELLO VIVIANA</b>
01/02/25	15 - 20	TEORIA E METODOLOGIA DELLA GINNASTICA APPLICATA - Esercitazioni pratiche	<b>Prof.ssa PISCITELLO VIVIANA</b>
02/02/25	9 - 13	TEORIA E METODOLOGIA DELLA GINNASTICA Esercitazioni pratiche	<b>Prof.ssa PISCITELLO VIVIANA</b>
02/02/25	15 - 20	TEORIA E METODOLOGIA DELLA GINNASTICA - Esercitazioni pratiche	<b>Prof.ssa PISCITELLO VIVIANA</b>
09/02/25	09-13	ESAMI TEORICO PRATICO	<b>TUTTI I DOCENTI</b>

### **ISCRIZIONE AL CORSO**

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **17 gennaio 2025 p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Catania [catania@aics.it](mailto:catania@aics.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info). **La quota di iscrizione al Corso è di € 100,00** (a persona), ed è comprensiva del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS, la quota non comprende il materiale didattico.

Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: AICS – Comitato Provinciale di Catania IBAN: **IT 18 M 01030 83950 00000 1021242 MPS** – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso 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 5 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 15 adesioni).

Per ulteriori informazioni di carattere tecnico amministrativo contattare il Responsabile del Corso **Prof. Orazio Fresta cell. 3275257111**.

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Settore Sport  
Filippo Tiberia



Il Presidente  
On. Bruno Molea





**MODULO DI ISCRIZIONE**  
**CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA**  
**SALUTE ED AL FITNESS**  
**GIARRE (CT) DAL 24 GENNAIO AL 09 FEBBRAIO 2025**

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 17/01/2025 a: [catania@aics.it](mailto:catania@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**

Data \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

**COSTO DEL CORSO: € 100,00**

**MODALITÀ DI PAGAMENTO:**

**Bonifico Bancario intestato a: AICS – COMITATO PROVINCIALE CATANIA**

**IBAN: IBAN IT 18 M 01030 83950 00000 1021242**

**Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Formazione Istruttori Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness**