



Roma, 31/01/2025  
Prot.n. 2228

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

---

Loro Sedi

**Oggetto: *Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, con specializzazione in Ginnastica Posturale – 2° livello Mestre (VE) online 29 marzo - presenza 30 marzo 2025.***

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNIwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il **“Corso di Formazione per Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness, con specializzazione in Ginnastica Posturale – 2° livello”** che si terrà in modalità on-line il giorno **29 marzo** e in presenza **il 30 marzo 2025** c/o il Comitato Provinciale AICS – Via Gazzera Alta, 44 – Mestre (VE).

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. I docenti del Corso saranno 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) Formatore nazionale AiCS, dal **Dott. Massimo Bisconcin** (Medico Chirurgo, Posturologo, Agopuntore), formatore nazionale AiCS, da **Patrizia Marras** istruttore 2° livello. Se l’esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore AICS di Ginnastica Finalizzata alla Salute ed al Fitness con specializzazione in Ginnastica Posturale di 2° livello, il tesserino tecnico e l’iscrizione all’Albo Nazionale Istruttori AICS. Le lezioni saranno tenute in parte online e in parte in presenza.

### Argomenti trattati:

- Cosa sono i recettori;
- Sistema nervoso e postura;
- Approfondimenti anatomici e pratici con esercizi su articolazioni come scapola, polso e piede; accenni a recettori posturali come: approfondimento al recettore posturale del piede;
- Relazione tra Sistema Nervoso Autonomo postura e stress;
- Diaframma e respirazione diaframmatica;
- Core e come allenarlo;
- Stretching e mobilità articolare a confronto.

Ai corsisti sar  messo a disposizione il materiale didattico, per lo studio che i discenti dovranno svolgere a casa. Possono partecipare tutti gli istruttori con laurea in Scienze Motorie o possedere un diploma Nazionale di istruttore di 1° livello.

Il corso ha l'obiettivo di formare **istruttori di 2° livello**, acquisendo **competenze in ginnastica posturale** attraverso:

- Analisi dei recettori posturali, come stimolarli attraverso l'allenamento;
- Studio del diaframma e della respirazione diaframmatica;
- Studio del core e core stability;
- Come strutturare lezioni individuali o di gruppo.

Le lezioni si alterneranno a momenti di teoria e di pratica.

### Cronoprogramma

Data	Orario	Materie	Docente
29/03/2025 <b>ONLINE</b>	8.30/13.30	Lezione teorica e pratica	Massimo Bisconcin Michele Mirabile
30/03/2025 <b>IN PRESENZA</b>	9.30/17.00	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile Massimo Bisconcin Patrizia Marras

## **ISCRIZIONE AL CORSO**

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **24 marzo p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia [corsi@aicsvenezia.it](mailto:corsi@aicsvenezia.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info). **La quota di iscrizione è di € 190,00** (a persona). Le quote iscrizioni sono comprensive della documentazione didattica, del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS.

Chi è già in possesso di un diploma AICS di istruttore di 2° livello, da allegare alla domanda di adesione, potrà partecipare al corso che avrà validità come **AGGIORNAMENTO**, non dovrà sostenere l'esame, riceverà l'attestato di partecipazione, verrà rinnovata l'iscrizione all'albo e rinnovato il tesserino tecnico. Il costo di iscrizione è di **€ 80,00**.

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 2° 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 20 adesioni).

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Settore Sport  
Filippo Tiberia



Il Presidente  
On. Bruno Molea





**MODULO ISCRIZIONE**  
**CORSO DI FORMAZIONE ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE**  
**ED AL FITNESS - SPECIALIZZAZIONE IN GINNASTICA POSTURALE 2° LIVELLO**  
**MESTRE (VE) 29-30 MARZO 2025**

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 24/03/2025 A: [corsi@aicsvenezia.it](mailto:corsi@aicsvenezia.it)**  
e p.c. a [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info)

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: € 190,00 Corso di Aggiornamento 2° livello: € 80,00**

**MODALITÀ DI PAGAMENTO:**

**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 – specializzazione ginnastica posturale 2° livello.**