



Roma, 19.07.2024
Prot. n. 1853

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società di Ginnastica Acrobatica AICS
Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione per Istruttore Nazionale AICS di Ginnastica Acrobatica Specialità Pole Sport 1° Livello – **Cognola ai Colli (VR) – 14-15-21-22 settembre 2024.**

La Direzione Nazionale, in collaborazione con la Commissione Tecnica AiCS di Pole Sport e la Società School of Art asd, organizza il **“Corso di Formazione per Istruttore Nazionale di Ginnastica Acrobatica – Specialità Pole Sport – Livello 1”** che si terrà a **Cognola ai Colli (VR)** nei giorni **14-15-21-22 settembre 2024.**

Il Corso è riservato ai soci AICS maggiorenni, in possesso del certificato medico di idoneità sportiva in corso di validità e della tessera associativa valida alla data di svolgimento del Corso, sarà tenuto da **Elisa Gozzi** (Coach di atleti agonisti di Pole Sport e Pole Art. Responsabile Nazionale di Pole Sport e Aerial Sport per AICS - Giudice internazionale di Pole/Aerial Sport e Pole/Aerial Art. - Organizzatrice di competizioni Nazionali e Internazionali di Pole/Aerial Sport e Pole/Aerial Art) e **Elena Cantelli** (Giudice internazionale di Pole/Aerial Sport e Art. - Coreografa di atleti agonisti di pole sport e pole art - Preparatrice atletica per la flessibilità di atleti agonisti di pole sport e pole art). Al corso prenderanno parte altri formatori specializzati in ogni ambito interessato. Al termine i corsisti sosterranno un esame finale che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del Diploma di Istruttore Nazionale AICS di Ginnastica Acrobatica Livello 1° Livello – Specialità Pole Dance, con il quale sarà possibile insegnare presso le Associazioni AICS del territorio nazionale. Gli idonei saranno, inoltre, iscritti nell'Albo Nazionale AICS degli Istruttori e riceveranno il tesserino tecnico da Istruttore AICS.

Il corso avrà la durata di 32 ore suddiviso in tre parti: una parte generale, una parte specialistica, e una parte pratica. La parte generale copre le conoscenze globali per gli aspetti dell'allenatore sportivo di ginnastica acrobatica, la parte specialistica è direttamente collegata alla specialità del pole dance/sport, la parte pratica riguarda la didattica all'attrezzo. Ogni parte chiamata in seguito "Modulo" è divisa in Unità Didattiche (UDxy) per facilitare la gestione della formazione e della realizzazione della connessa documentazione.

Il corso mira a formare istruttori qualificati per la pratica della pole dance/sport a livello amatoriale. Tali figure possono allenare atleti principianti appartenenti alla categoria amatoriale. L'istruttore di primo livello si configura come un tecnico abilitato ad avviare neofiti alla pratica della ginnastica acrobatica specialità pole dance/sport, a promuovere l'inserimento e la crescita degli allievi nelle strutture delle ASD/SSD e seguirne l'evoluzione tecnica a livello amatoriale. Previo superamento di una prova scritta e orale.

PARTE GENERALE (MODULO 1)

UD1 Pole Dance e Pole Sport:
Cenni Storici

UD2 Linee guida Regolamento
Quadri Tecnici

UD3 Organizzazione degli Organismi
Sportivi in Italia

UD4 Aspetti Sociologici e Attività
Sportiva

UD5 Anamnesi Sportiva

UD6 Cenni di psicologia
dell'allenamento

UD7 Il corretto uso del
linguaggio

UD8 Definizioni Fondamentali Cenni sulla
terminologia della ginnastica

UD9 L'allenatore

UD10 Il
riscaldamento

UD11 La
coordinazione

UD12 Esercizio Fisico: gli Adattamenti

UD13 Prestazione Sportiva: Aspetti
Relazionali e Cognitivi

UD14 Capacità di Carico e Prestazione
Sportiva

UD15 Leve

PARTE GENERALE (MODULO 2)

UD16 Allenamento
della Forza

UD17 Allenamento
della Potenza UD18 Le
Posizioni Statiche

UD19 Stimoli
Allenanti

UD21 La
flessibilità

UD22 Allenamento Aerobico

UD23 Allenamento della
Resistenza Muscolare UD24
Movimenti acrobatici

PARTE GENERALE (MODULO 3)

UD26 Elementi di anatomia e
fisiologia

UD27 Prevenzione degli
infortuni

UD28 Trasformazioni Energetiche e
Comportamento Alimentare

UD29 La Sedentarietà

UD30 Disturbi del
Comportamento Alimentare
MODULI SPECIALISTICI (MS)

PARTE 1 MS1

UD31 Esercizi base per la
flessibilità

UD32 Movimento, musica e musicalità

UD33 Sperimentazione coreografica con
elementi di base Parte 2 MS1

UD34 Costruzione della routine di
riscaldamento

UD35 Esercizi base di potenziamento specifico

UD36 Esercizi base della ginnastica acrobatica Parte 3 MS3

UD37 Gruppo A: Elementi di flessibilità - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD38 Gruppo B: Elementi di forza - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD39 Gruppo C: Elementi Spin on Static - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD40 Gruppo D: Elementi dinamici - sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

UD41 Gruppo E: Elementi su palo spin- sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
14 settembre	9-18	MODULO 1	GOZZI
15 settembre	9-18	MODULO 2	GOZZI / CAVAZZOLI
20 settembre	9-18	MODULO 3	GOZZI/CANTELLI
21 settembre	9-18	MODULO 3	GOZZI/CANTELLI

ISCRIZIONE AL CORSO

La quota di iscrizione è di **€ 590,00** (a persona) ed è a ed è comprensiva della documentazione didattica (manuale tecnico dell'istruttore), del diploma nazionale AICS, del tesserino tecnico di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. L'iscrizione al corso dovrà essere effettuata, entro il **5 settembre p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail a dnsport@aics.info e per conoscenza a robertalonardi1970@gmail.com. Il pagamento deve essere effettuato tramite bonifico bancario **INTESTATO A: AICS Direzione Nazionale - IBAN: IT 75 I 01030 03271 000061460833**

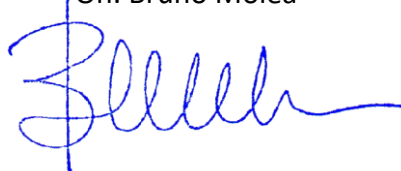
- causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Ginnastica Acrobatica 1° livello. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 4 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 12 adesioni).

Le lezioni si terranno presso la Società School of Art asd, Via Colomba 34 - 37030 Colognola ai Colli VR.

Cordiali saluti

Il Presidente

On. Bruno Molea

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Bruno Molea', with a stylized, cursive script.



**MODULO ISCRIZIONE
CORSO ISTRUTTORE GINNASTICA ACROBATICA SPECIALITA'
POLE SPORT 1° LIVELLO**

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 05/09/2024 A: dnsport@aics.info
e p.c. robertalonardi1970@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: € 590,00

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

Bonifico Bancario intestato a: AICS DIREZIONE NAZIONALE

IBAN: IT 75 I 01030 03271 000061460833;

Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore Ginnastica Acrobatica 1° livello