



Roma, 05.10.2022

Prot. n.635

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

Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione per Istruttore di Ginnastica Finalizzata alla Salute e al Fitness "Postura e Movimento 2° Livello – Mestre (VE) 26-27 Novembre -03-04 Dicembre 2022.

La Direzione Nazionale, in collaborazione con UNiwalk del Comitato Provinciale AICS di Venezia, organizza il **Corso rivolto agli Istruttori di Ginnastica Finalizzata alla Salute e al Fitness "Postura e Movimento 2° Livello"**, con specializzazione in Ginnastica Posturale, che si terrà a **Mestre (VE)**, nei giorni **26-27 Novembre** e il **03-04 Dicembre 2022**.

Il Corso, è riservato ai tesserati AICS maggiorenni in possesso di tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso e sarà tenuto dal **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) e dal **Dott. Massimo Bisconcin** (Medico Chirurgo, Posturologo, Agopuntore). Avrà la durata di 32 ore tra lezioni teorico/pratiche e studio autonomo con esame finale. Se l'esito sarà positivo agli idonei sarà rilasciato il Diploma Nazionale di Istruttore AICS di Ginnastica Finalizzata alla Salute e al Fitness Postura e Movimento 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 ma sarà possibile partecipare al Corso anche interamente in modalità online (su richiesta).

Corso Postura e Movimento 2° Livello

Argomenti Teorici n. ore 20

Argomenti Pratici n. ore 12

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: occhio, vestibolo e bocca; approfondimento al recettore posturale del piede; relazione tra Sistema Nervoso Autonomo postura e stress; diaframma e respirazione diaframmatica; core e come allenarlo; accenni ad andature e locomozioni per il rinforzo posturale; stretching e mobilità articolare a confronto.

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. Possono partecipare tutti gli istruttori con diploma nazionale di primo o secondo livello



Finalità: il Corso ha l'obiettivo di formare **Istruttori di 2° Livello**, acquisendo competenze in ginnastica posturale attraverso: l'analisi dei recettori posturali, come stimolarli attraverso l'allenamento; lo 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. I discenti dovranno avere competenze di base di anatomia e conoscere l'attività sportiva inerente il Corso. Dovranno, inoltre, essere in possesso del certificato medico di idoneità alla pratica sportiva.

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
26-27/11/2022	08.30– 13.30	Lezione teorica e pratica	Massimo Bisconcin Michele Mirabile
3-4/12/2022	9.00/18.00	Lezione teorica e pratica	Michele Mirabile Massimo Bisconcin Patrizia Marras

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al **Corso di 2° Livello** dovrà essere effettuata, entro il **12 Novembre p.v.**, compilando il modulo allegato che dovrà essere inoltrato esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale di Venezia veneziasport@aics.it e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info. **La quota di iscrizione al Corso è di €310,00** (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 Postura e Movimento 2° livello. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 8 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 20 adesioni).

Un cordiale saluto.

Il Presidente
On. Bruno Molea





MODULO ISCRIZIONE CORSO
ISTRUTTORE GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS
POSTURA E MOVIMENTO 2° LIVELLO
26-27 Novembre – 03-04 Dicembre 2022

Compilare in tutte le sue parti ed inviare entro il 12 Novembre 2022 a: veneziana@aicis.it e per conoscenza a dnsport@aicis.info

PARTECIPANTE			
COGNOME e NOME n. Tess. AICS		E-MAIL	
DATI PARTECIPANTE			
Circolo AICS e cod. affiliazione		Persona richiedente	
Indirizzo		E-Mail	
CAP e Città		Tel e Fax	
P.IVA		Codice Fiscale	
Data		Firma	
INDICARE INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA PER L'INVIO DELLA DOCUMENTAZIONE INERENTE IL CORSO: _____			
MODALITÀ DI PAGAMENTO - Bonifico Bancario a: AICS – COMITATO PROVINCIALE VENEZIA IBAN: IT 51 B 01030 02000 00000 1258017 CAUSALE: NOME, COGNOME, ISCRIZIONE CORSO POSTURA E MOVIMENTO 2° LIVELLO			

CONDIZIONI GENERALI DI PARTECIPAZIONE

La quota d'iscrizione di € 310,00 (a persona) comprende: docenza, documentazione didattica, diploma nazionale AICS, tesserino Istruttore AICS, Iscrizione all'Albo Nazionale AICS degli Istruttori. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di n. 8 iscritti (massimo 20).

Si accettano i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e nella circolare del corso	Si dichiara che il Partecipante ha preso visione degli Obiettivi, dei Prerequisiti e dei Contenuti del Corso.
Timbro e firma del Richiedente	Firma del Partecipante o del Richiedente

Ai sensi dell'art. 13 del GDPR 2016/679/UE – Regolamento Europeo in materia di protezione dei dati personali 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.

Data ___/___/___ Timbro e firma _____