

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 il tirocinio anche c/o la Piscina di Ca' Selvatica, 11/2.

### Programma dettagliato delle giornate

Data	Orario	Materie	Docente
<b>30/11/2024</b>	09:30- 16:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accredito e consegna materiale didattico. Presentazione del corso, di Aics e Coni.</li> <li>• Principi ed effetti del movimento in acqua;</li> <li>• Cosa si intende per aquafitness oggi? Sguardo globale sul panorama dell'aquafitness;</li> <li>• (Teoria 1) Introduzione teorica all'aquafitness: postura in acqua, movimenti base, uso della musica, struttura della lezione;</li> <li>• (Pratica 1) Presentazione di una lezione e valutazione del livello della classe;</li> <li>• (Pratica 2) Pratica in acqua su quanto affrontato durante la parte teorica (postura, movimenti base).</li> </ul>	Dott.ssa Sissi Dalle Nogare  Denise Di Benedetto
<b>07/12/2024</b>	9:30 -16:30	<i>Focus on aquafitness <b>okeo method</b></i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Masterclass dimostrativa;</li> <li>• Teoria/pratica a secco per allenarsi a simulare il gesto acquatico; peculiarità dell'<i>okeo method</i>;</li> <li>• <i>Combo blocks lab</i>: pratica in acqua con presentazione di una masterclass esplicativa del metodo;</li> <li>• Laboratorio pratico in acqua: lezione interattiva in cui i partecipanti sperimentano il metodo nella presentazione dei blocchi di lavoro.</li> </ul>	<b>Gaia Morizzo</b> (Head Coach Okeo Academy, <b>docente ospite</b> )  Denise Di Benedetto

<b>14/12/2024</b>	9:30 – 16:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riflessioni sul lavoro delle prime due giornate e <i>question time</i>;</li> <li>• (Teoria 2) La figura dell'istruttore e gli strumenti per interagire con la classe;</li> <li>• (Teoria 3) Approfondimento sull'utilizzo di piccoli attrezzi e sulle varie tipologie di lezione;</li> <li>• (Pratica 3) Pratica a secco: come mostrare correttamente i movimenti per farli comprendere alla classe. Muoversi a tempo di musica.</li> <li>• (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.</li> </ul>	Denise Di Benedetto
<b>15/12/2024</b>	09:00-13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Esercitazioni guidate in preparazione della prova finale;</li> <li>• Esame finale: simulazione di lezione base (20 minuti circa) e colloquio orale.</li> </ul>	Commissione di esame:  Dott.ssa Dalle Nogare, Denise Di Benedetto, 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"> <li>• Tirocinio preparatorio all'insegnamento di <b>15 ore totali</b> da effettuare nel periodo compreso tra il 02/12/24 e il 31/01/25 affiancando le istruttrici e gli istruttori che tengono i corsi di acquagym presso le piscine Sterlino e Ca' Selvatica (NB è obbligatorio svolgere <b>almeno 5 ore</b> di affiancamento entro il 14/12).</li> </ul>	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](mailto:francesca.brecciaroli@aicsbologna.it) e per conoscenza a Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto: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](http://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 Attività Acquatiche**. **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**).

Per ulteriori informazioni, contattare [rarinantesbo@gmail.com](mailto:rarinantesbo@gmail.com) oppure 339 78 555 80 (Denise Di Benedetto).

**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](mailto:francesca.brecciaroli@aicsbologna.it)    [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**

**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