

CORSO di Formazione di 1° Livello in Attività sportiva ginnastica finalizzata alla Salute e al Fitness

Centro DAF - Via di Pietralata 159, 00158 (Roma) data: 11-12-25-26 Maggio 2019

1. FINALITA' – OBIETTIVO - DESTINATARI

L'Ente di Promozione Sportiva "Attività Sportive Confederato" (A.S.C.) intende perseguire i compiti istituzionali e statutari della formazione dei propri operatori sportivi sulla base del "Piano Nazionale della Formazione A.S.C." approvato in data 10 gennaio 2013, in linea con le norme previste dal Sistema Nazionale delle qualifiche degli operatori sportivi del C.O.N.I. (SNaQ).

A.S.C. per l'anno 2019 indice ed organizza il "CORSO DI FORMAZIONE DI 1° LIVELLO DI GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE E AL FITNESS, con l'obiettivo di formare qualificate figure professionali, Istruttori, e di fornire conoscenze integrative a Personal Trainer e Professionisti sportivi per una formazione più completa.

Il corso sarà aperto a 20 partecipanti che dovranno far pervenire la domanda di partecipazione **entro il giorno 7 maggio 2019.**

Saranno accolte le prime 20 domande arrivate in ordine temporale. Si invita a scrivere alla segreteria del Comitato Regionale Lazio – Academy per verificare preventivamente la disponibilità dei posti.

E-mail: Lazio.academy@ascsport.it e.p.c. lazio@ascsport.it

2. SEDE DI SVOLGIMENTO

Sede del corso:

Centro DAF – Via di Pietralata 159, 00158 Roma

3. ARTICOLAZIONE – DURATA - DATA DI INIZIO – ESAME DI VALUTAZIONE

Il corso sarà articolato sulla base di un modulo didattico della durata 32 ore **con inizio in data 11 Maggio 2019 e termine domenica 26 Maggio 2019 con esame di valutazione.**

4. PROGRAMMA ORARIO INCONTRI

- ore 09.00 accreditamento partecipanti e consegna materiale didattico
- ore 9.30 inizio lezione con presentazione del programma giornaliero
- ore 10.30 attività teorica – pratica (*)
- ore 13.00 pausa pranzo
- ore 13.30 attività teorico-pratica (*)
- ore 17.30 fine delle lezioni e saluti (domenica 26 termine lezioni con esame ore 18.00)

Introduzione, la Ginnastica e i benefici, analisi dei principi base, basi anatomiche e fisiologiche, patologie muscolo scheletriche più comuni, esercizi fondamentali e i tre livelli di difficoltà: analisi strutturale, modalità esecutive; tecniche di insegnamento ed utilizzo della voce, comunicazione ed efficacia, propiocezione, ideochinesi, cueing, struttura della lezione e programmazione periodica, lezioni pratiche.

SABATO 11 E DOMENICA 12 MAGGIO 2019
SABATO 25 E DOMENICA 26 MAGGIO 2019

6. FREQUENZA – ESAME DI VALUTAZIONE

Per partecipare all'esame di valutazione occorre aver frequentato l' 85% delle ore del corso. L'esame di valutazione TEORICO e PRATICO si svolgerà in data sabato 26 MAGGIO 2019 con orario e modalità che saranno comunicate al termine dell'ultima lezione prevista.

7. CERIMONIA

La cerimonia per la consegna degli attestati e relativi tesserini si svolgerà in data e modalità che saranno comunicate al termine dell'ultima lezione prevista.

8. REQUISITI MINIMI DI AMMISSIBILITÀ

I requisiti minimi per partecipare al corso sono:

di essere tesserati A.S.C.

- di essere nelle condizioni di cui agli artt. 28 e ss.c.p.
- Non aver riportato alcuna condanna definitiva per il reato di cui agli artt.727 e 544 bis e ss.c.p.
- Non essere sottoposto a misure e prevenzione personale o a misura di sicurezza personale
- aver raggiunto la maggiore età
- di aver un' esperienza della pratica sportiva.

9. QUOTA DI PARTECIPAZIONE E MODALIA' DI VERSAMENTO

La quota di partecipazione al corso sarà di euro 360,00 da corrispondere in 2 soluzioni : euro 150,00 all'atto della presentazione della domanda di ammissione; euro 210,00 tramite bonifico prima del 1° incontro oppure direttamente in sede SABATO 11 MAGGIO 2019 (1° incontro);

Le quote potranno essere versate con bonifico bancario sul conto corrente intestato a

**Attività Sportive Confederato Comitato Regionale A.S.C. Lazio presso BANCA DEL LAZIO POPOLARE
IBAN IT3100510403210CC0520002643 Casuale: Quota di partecipazione corso di formazione Ginnastica finalizzata alla salute e al fitness + nome e cognome del corsista**

La ricevuta di avvenuto bonifico del 1° versamento dovrà essere allegata al modulo di domanda e comunque presentata all'atto dell'accreditamento nella data del 1° incontro.

Le quote non verranno restituite se si è impossibilitati a presenziare al corso.

10. SCONTO

Sconto del 20% sul workshop di Ginnastica finalizzata alla Salute e al Fitness, apprendimento tecniche base di Pilates Tools (con i piccoli attrezzi).

11. MODALITA' DI PRESENTAZIONE DELLA DOMANDA

La domanda di partecipazione potrà essere inviata per email lazio.academy@ascport.it e p.c. lazio@ascsport.it. In alternativa potrà essere inviata con lettera raccomandata alla Segreteria del Comitato Regionale Lazio A.S.C. Via Francesco Cocco Ortu n° 22 – 00139 Roma. **Alla domanda di partecipazione dovrà essere allegata la ricevuta del primo versamento effettuato (euro 150,00) ed una fotografia formato tessera.**

12. DOCENTI

Le lezioni del Corso saranno tenute da qualificati docenti e professionisti del settore sportivo.

13. ATTESTATO - QUALIFICA – PUNTEGGIO CREDITO FORMATIVO

Al termine del corso e superando l'esame di valutazione sarà rilasciato un doppio certificato:

- > **Diploma Nazionale e il tesserino tecnico** in: "Attività Sportiva Ginnastica Finalizzata alla Salute e a Fitness" Codice Coni BI001 rilasciato da ASC Academy Nazionale;
- > **Certificato di specializzazione** in tecniche di Pilates Matwork rilasciato da ASC Academy Lazio.

La qualifica Nazionale acquisita è certificata con la classificazione internazionale delle professioni ISCO-08 (codice 342 Sport and fitness workers) e con la classificazione nazionale professioni ISTAT 2011 (CP 2011) codice 3.4.2.4.0 – "Istruttori di discipline sportive non agonistiche".

Con la qualifica acquisita il futuro lavoratore può avvalersi contratto CCNL SPORT sottoscritto in data 22 dicembre 2015 (scadenza 31 dicembre 2018) tra la Confederazione dello Sport, Confcommercio Imprese per l'Italia, e le sigle sindacali SLC-CGIL-FISASCAT-CISL-UILCOM-UIL

L'attestato ha una validità fino ad un eventuale conseguimento di una qualifica superiore (2° livello).

Il raggiungimento del risultato di apprendimento durante il percorso formativo potrà consentire l'acquisizione di un massimo di 10 punti di credito.

14. TESSERINO TECNICO

Al termine del corso e superando l'esame di valutazione sarà rilasciato il tesserino tecnico con scadenza 31 dicembre 2019.

Il tesserino tecnico dovrà essere successivamente rinnovato annualmente.

Il tesserino tecnico A.S.C. è coperto da assicurazione R.C.T. per eventuali sinistri causati e per danni a cose, verificatosi nella sua qualità di istruttore di attività esercitate prevalentemente in palestra quali a titolo esemplificativo ma non limitativo: Body Building, Danza, Fitness, Arti Marziali, Nuoto, Pugilato, Equitazione, (si invita a prendere visione del testo integrale del contratto disponibile sul sito www.ascsport.it).