



Roma, 29.01.2020
Prot. n. 50

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società di Nordic Walking AICS

Loro Sedi

Oggetto: CORSO NAZIONALE PER ISTRUTTORI 1° LIVELLO DI NORDIC WALKING - Ala (TN) 29 Febbraio – 1 Marzo 2020.

La Commissione Tecnica AICS di Nordic Walking ha programmato il Corso rivolto agli **Istruttori 1° livello** per l'insegnamento di Base della tecnica del Nordic Walking. Il Corso si svolgerà ad **Ala (TN)**, presso la **Sala pubblica Comunale nei giorni 29 Febbraio – 1 Marzo 2020.**

Questa qualifica è la base per iniziare un percorso formativo che potrà, in seguito, portare alla qualifica di **Istruttore di 2° livello**, proseguire con la qualifica di **Preparatore di Nordic Walking** ed, infine, con quella di **Formatore Sportivo di Nordic Walking.**

Il Corso sarà tenuto da Valentina Lanz, formatrice nazionale AICS.

MODALITA' E REQUISITI INDISPENSABILI PER L'ACCESSO AL CORSO

Il Corso per **ISTRUTTORE DI 1° LIVELLO** è aperto a tutti coloro che sono in possesso di qualifiche specifiche anche in altre attività simili (maestri di sci, guide alpine, laureati in scienze motorie, istruttori di educazione fisica, istruttori di nuoto, fitness, accompagnatori di mezza montagna, ecc.) ed a quanti hanno valide esperienze nel settore sportivo e nella gestione di gruppi sportivi ed associazioni sportive. E', inoltre, aperto a chi, nel tempo, ha raggiunto, con l'ausilio di un istruttore e/o frequentando associazioni di nordic walking, una buona tecnica del nordic walking ed una buona preparazione organizzativa e di gestione del gruppo.

./.

Per poter partecipare al Corso Istruttori è **comunque obbligatorio essere in possesso dei seguenti requisiti:**

- frequentato un corso di nordic walking con un Istruttore riconosciuto AICS;
- aver fatto molta pratica nella disciplina del nordic walking;
- conseguito una certificazione da parte di un Istruttore di 2° livello, o da un Preparatore o Formatore, o da un'Associazione;
- aver partecipato, per almeno 1 anno, alle attività di un'Associazione AICS che pratica nordic walking.

Per essere ammesso al Corso l'aspirante dovrà dimostrare di aver acquisito le seguenti conoscenze e capacità tecniche:

- conoscenza teorica delle fasi che identificano la progressione formativa;
- buona esecuzione della tecnica fondamentale (tecnica alternata, tecnica parallela, etc.);
- esecuzione corretta degli esercizi di coordinazione;
- buona conoscenza degli elementi delle tecniche avanzate (corsa, saltelli, balzi, skating, etc.);
- conoscenza elementi di base di fisiologia sportiva ed allenamento.

Con questi certi presupposti di idoneità il Corso potrà essere impostato sulla formazione dedicata in particolar modo alla metodologia dell'insegnamento ed allo sviluppo dell'attività di Istruttore.

La durata del corso è di **due** giorni e si svilupperà come segue:

Sabato 29 Febbraio

09.30	Registrazione Allievi istruttori
10.00	Presentazione corso, percorsi formativi aics, informazioni di carattere generale
10.45	Aula - Camminare (Walking) benefici e azione motoria del camminare
11.30	Pratica - Gli steps della tecnica di base prove pratiche
12.30	Pausa pranzo
14.00	Pratica - Ripresa della camminata aspirante
14.30	Aula - Nordic Walking principi della tecnica steps tecnica, salita, discesa, metodologia e fasi dell'insegnamento
15.30	Prove pratiche
17.00	Aula – Cenni di anatomia e biomeccanica
18.00	Termine delle lezioni

Domenica 1 Marzo

10.00	Prove pratiche sulla tecnica e prove didattiche, come porsi con gli allievi e come impostare un corso di nordic walking
12.30	Pausa pranzo
14.00	Sul campo, respirazione, riscaldamento stretching e riprese video
16.30	Aula- cenni di respirazione, riscaldamento, stretching e materiali (slide)
17.30	Test finale
18.30	Chiusura lavori

Per poter partecipare è necessario:

1. effettuare il versamento, tramite bonifico bancario intestato a: AICS DIREZIONE NAZIONALE – IBAN IT 75 I 01030 03271 000061460833 – CAUSALE CORSO ISTRUTTORE NORDIC WALKING 1° LIVELLO ALA, della quota di iscrizione di € 200,00 (comprensiva del materiale didattico - dispense -, diploma tesserino e iscrizione all'Albo) entro il **24 Febbraio 2020**. **Si prega di inviare copia del bonifico effettuato via e-mail a dnsport@aics.info e in copia a aics@nordicwalkingschool.eu**; il corso sarà attivato al raggiungimento di n. 6 iscritti (massimo 20);
2. la Società di appartenenza del candidato dovrà inviare copia dei titoli acquisiti (in formato pdf), una foto formato tessera (che sarà stampata sul tesserino), eventuale curriculum, carica ricoperta all'interno della Società stessa ed i dati relativi al candidato compilando la scheda allegata che dovrà essere inviata a: aics@nordicwalkingschool.eu e a dnsport@aics.info;
3. la Società di appartenenza con la presentazione del candidato certifica che è idoneo all'insegnamento e che lo pratica attivamente.

Per ulteriori informazioni tecniche potete scrivere al seguente indirizzo e-mail:

aics@nordicwalkingschool.eu oppure telefonare al seguente cell. 328.9350917.

Certi della tua attenzione ci è gradita l'occasione per porgere cordiali saluti.

Il Coordinatore Naz.le Nordic Walking

Carlo Grigolon



Il Presidente

On Bruno Molea





**CORSO PER ISTRUTTORE NAZIONALE AICS 1° LIVELLO
DI NORDIC WALKING
ALA (TN) 29 Febbraio – 1 Marzo 2020**

Società di appartenenza _____ Cod. AICS _____
Cognome _____ Nome _____ Nr. Tessera AICS _____
data di nascita _____ Lugo di Nascita _____ Prov. _____ Naz. _____
Residenza Comune _____ Cap. _____ Prov. _____
Via _____ n. _____ Telefono _____ Cellulare _____
Codice Fiscale _____
e-mail personale per comunicazioni _____

**DATI PER ISCRIZIONE NELL'ALBO ISTRUTTORI PUBBLICATO NEL SITO AICS NELLA SEZIONE
NORCIC WALKING**

Nell'Albo saranno inseriti, Cognome, Nome, Livello, Società di appartenenza, città, telefono e e-mail.

Specificare nr. Tel. da indicare nell'Albo Istruttori _____ **attenzione il numero sarà pubblicato sul sito internet quindi diventerà PUBBLICO**, se si vuole mantenere la propria privacy non indicate niente

Specificare indirizzo e-mail da inserire nell'Albo Istruttori _____ **attenzione il numero sarà pubblicato sul sito internet quindi diventerà PUBBLICO**, se si vuole mantenere la propria privacy non indicate niente

Firma partecipante _____ Data compilazione _____

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 _____