

Settore Istruzione Tecnica
Prot.SIT/cp/2814

Roma, 01 agosto 2019

Agli interessati

E p.c.

Spett.li Comitati Regionali FIN

Oggetto: Corso Allenatore Fitness in Acqua 3-6 ottobre p.v.- Ponte San Pietro

Con la presente Vi comunichiamo che il Settore Istruzione ha programmato nel periodo dal 3 al 6 ottobre p.v. il corso di allenatore di fitness in acqua presso Ponte San Pietro (Bg)-piscine ponte ssd arl.

Il **21 settembre p.v.** scade il termine di presentazione delle domande di iscrizione al corso in oggetto, che si svolgerà secondo il programma allegato.

Gli interessati dovranno trasmettere all'indirizzo mail sit@federnuoto.it la seguente documentazione:

- modulo di adesione (allegato);
- certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica;
- autocertificazione del titolo di studio (non inferiore alla scuola media superiore);

Al ricevimento e verifica positiva della documentazione, il tecnico verrà iscritto dall'ufficio SIT al corso richiesto e potrà formalizzare l'aspetto amministrativo sul portale; ricordiamo che la quota di partecipazione è pari ad € 350,00.

Le domande trasmesse incomplete non saranno prese in considerazione.

Di seguito Vi rammentiamo i requisiti tecnici richiesti per la partecipazione al Corso Allenatore Fitness in Acqua:

- Tesseramento 2018/19
- il possesso del brevetto di Istruttore specialistico di Fitness da almeno sei mesi dall'ottenimento della qualifica;

Il programma del corso prevede l'inizio delle lezioni giovedì alle ore 9.00 e la conclusione dei lavori domenica alle ore 16.30 con l'esame finale; Vi ricordiamo inoltre che la frequenza al corso è obbligatoria e che:

- l'eventuale assenza a più di due sessioni del corso (mattino e/o pomeriggio) preclude la possibilità di sostenere l'esame finale.

Il corso verrà organizzato al raggiungimento di 30 unità e NON POTRA' ACCOGLIERE PIU' DI 40 ISCRITTI.

Per coloro i quali hanno ottenuto d'ufficio il titolo di allenatore di fitness in acqua in data 28/01/2018 vi è la possibilità di prendere parte al suddetto corso e ottenere l'aggiornamento curriculare. Il costo per l'aggiornamento è fissato ad €200.00.

I tecnici intenzionati potranno inviare allo scrivente settore via fax o via mail (06/36200032-sit@federnuoto.it) il modulo di adesione allegato debitamente compilato entro e non oltre il 21 settembre p.v. Una volta registrati potrete formalizzare l'aspetto amministrativo tramite il nostro portale (www.portalefedernuoto.it) entro e non oltre il 27 settembre p.v.

Restando a disposizione per fornire tutti i chiarimenti che si rendessero necessari (tel 06/36200022-441-451), porgiamo cordiali saluti.

Il Segretario Generale
Dott. Antonello Panza



Corso/Convegno:..... **Sede:**..... **Data:**.....

| | | | |
|---|--------|--------------------|--|
| Cognome: | | Nome: | |
| Data di nascita: | | Comune di nascita: | |
| Indirizzo (via/civico/edif./scala): | | | |
| Città: | CAP: | Codice Fiscale: | |
| Cell: | / Tel: | E-mail: | |
| Titolo di Studio: | | Professione: | |
| Squadra allenata: | | Società: | |
| <i>compilare in stampatello tutti i campi sopra riportati</i> | | | |

Il sottoscritto consapevole che chiunque rilascia dichiarazioni mendaci è punibile ai sensi del codice penale e delle leggi speciali in materia nonché soggetto ai provvedimenti di competenza degli Organi di Giustizia

DICHIARA

- di non aver riportato condanne penali, ancorché non definitive, ovvero la pendenza di processi penali per reati contro la libertà personale e/o in materia di doping;
- di essere consapevole che per accedere alla prova di valutazione finale, ove prevista, è obbligatoria la frequenza al corso.
- di aver preso visione del Regolamento SIT disponibile sul sito FIN (<http://www.federnuoto.it/formazione/sit/regolamento>) e di accettare tutte le norme ivi contenute.

Per la validità di detta dichiarazione allego fotocopia del documento di identità n° _____ rilasciato da _____ in corso di validità.

Il sottoscritto inoltre, presa visione dell'informativa per il trattamento dei dati ex art. 13 del Regolamento UE 679/2016, la cui versione integrale è reperibile sul sito FIN (<https://www.federnuoto.it/federazione/privacy.html>) che dichiara di conoscere integralmente, **ATTESTA:**

di aver liberamente fornito i propri **dati personali** e pertanto, relativamente ai trattamenti che si rendano necessari nell'ambito delle finalità esplicitate nell'informativa:

ESPRIME IL PROPRIO CONSENSO

L'eventuale rifiuto del consenso ai trattamenti precedentemente menzionati (in quanto necessari per le attività istituzionali della F.I.N.) comporterà l'impossibilità di iscriversi e fruire del /dei corso/i di formazione.

| | | |
|---------------|---------------------------------|--|
| Data _____ | Firma dell'interessato _____ | in caso di minori, in qualità di: <input type="checkbox"/> esercente la potestà genitoriale <input type="checkbox"/> tutore <input type="checkbox"/> curatore |
|---------------|---------------------------------|--|

CORSO PER ALLENATORE DI FITNESS IN ACQUA FIN

C/o PISCINE PONTE SSD a RL.

Via San Clemente, 66
24036 Ponte San Pietro (Bergamo)
info@piscineponte.com
Tel. 3756281319

Il corso abilita all'insegnamento delle attività di fitness acquatico all'interno di una Scuola Nuoto Federale senza limitazioni.

Requisiti di partecipazione: il corso è riservato ai tecnici in possesso del brevetto di Istruttore Specialistico di Fitness in Acqua.

Programma del corso:

| Giovedì 3 ottobre 2019 | | | | |
|--|-----------------------------------|--------------|-------------|------------------|
| ARGOMENTO | docente | dalle | alle | |
| Accredito e presentazione del corso, obiettivi | | 9.00 | 9.30 | Aula |
| Ripresa dei contenuti del corso di Istruttore Specialistico di Fitness in Acqua | Salveti | 9.30 | 10.30 | Aula |
| Principi di teoria e metodologia dell'allenamento | Collu | 10.30 | 11.30 | Aula |
| PAUSA | | 11.30 | 11.45 | |
| La postura dell'istruttore: il movimento dal bordo vasca | Fornaro | 11.45 | 12.30 | Aula |
| L'Acqua Aerobica e l'utilizzo della musica per la costruzione di una coreografia | Collu | 12.30 | 13.30 | Aula |
| PAUSA | | 13.30 | 14.30 | |
| Acqua Interval Training - Acqua Aerobica | Fornaro-Collu | 14.40 | 15.40 | Piscina |
| Prove di insegnamento | Fornaro-Collu-Ragnoli | 15.40 | 16.40 | Piscina |
| Acqua Kick Boxing - Acqua Circuit Training - Attività pre-coreografate | Fornaro-Collu-Ragnoli | 16.45 | 18.15 | Aula |
| Le competizioni di fitness in acqua | Collu | 18.15 | 19.30 | Aula |
| Spazio aperto per domande | Tutti i docenti | 19.30 | | Aula |
| Venerdì 4 ottobre 2019 | | | | |
| ARGOMENTO | docente | dalle | alle | |
| Dalla terra all'acqua: la corretta dimostrazione del movimento acquatico da bordo vasca | Locatelli-Ragnoli | 9.00 | 10.30 | Palestra |
| La costruzione della coreografia di gara Lavori di gruppo Regolamento gare: il Giudice di Fitness | Collu-Fornaro-Locatelli | 10.30 | 12.30 | Aula Piscina |
| PAUSA | | 12.30 | 13.30 | |
| Esercitazioni per i vari distretti muscolari e Acqua Kick Boxing - Acqua Circuit Training - Attività pre-coreografate | Fornaro-Ragnoli-De Luca | 14.00 | 16.00 | Piscina |
| Costruzione di una coreografia di gara Lavori di gruppo | Tutti i docenti | 16.30 | 19.00 | Aula Palestra |
| Spazio aperto per domande | Tutti i docenti | 19.00 | | Aula |
| Sabato 5 ottobre 2019 | | | | |
| ARGOMENTO | | | | |
| Lavori di gruppo: costruzione di una lezione e dimostrazione (musica, comunicazione didattica e | De Luca-Locatelli-Fornaro-Ragnoli | 9.00 | 11.00 | Aula + |

| | | | | |
|---|---|-------|-------|----------|
| tecnica del gesto) | | | | Palestra |
| PAUSA | | 11.00 | 11.15 | |
| Grandi attrezzi: Acqua Bike - Acqua Treadmill – Acqua Jump - Acqua Step - Attrezzi di nuova generazione | De Luca-Locatelli-Fornaro-Collu-Ragnoli | 11.15 | 12.45 | Aula |
| PAUSA | | 12.45 | 14.00 | |
| Grandi attrezzi: Acqua Bike - Acqua Treadmill – Acqua Jump - Acqua Step - Attrezzi di nuova generazione | De Luca-Locatelli-Fornaro-Collu | 14.00 | 16.30 | Piscina |
| Acqua Cross Training (il lavoro funzionale) | De Luca - Ragnoli | 17.00 | 17.45 | Aula |
| Body Mind (Fluid Pilates) | Collu Locatelli | 17.45 | 18.30 | Aula |
| Attività motorie in acqua per over 65 | Fornaro Collu | 18.30 | 19.15 | Aula |
| Spazio aperto per domande | Tutti i docenti | 19.15 | | |
| Domenica 6 ottobre 2019 | | | | |
| ARGOMENTO | | | | |
| Prove pratiche d'insegnamento in gruppi | Tutti i docenti | 08:15 | 09:30 | Piscina |
| Valutazione finale: test di uscita | Collu-Fornaro-Salvetti | 10:00 | 11:30 | Aula |
| PAUSA | | 11:30 | 12:00 | |
| Pratica in acqua o visione dal bordo vasca differenti lezioni dell' Evento in programma "Acqua Challenge" | | 12.00 | 16.30 | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

N.B. IL CORSO E' INDIRIZZATO A CHI POSSIEDE LA QUALIFICA DI ISTRUTTORE SPECIALISTICO ED E' VALIDO COME AGGIORNAMENTO CURRICOLARE

Chi per motivi personali volesse seguire ugualmente il corso ma non è in possesso della qualifica richiesta potrà iscriversi e frequentare in qualità di "UDITORE", NON DOVRA' SOSTENERE L'ESAME e conseguentemente non avrà la qualifica federale riconosciuta, ma soltanto un attestato di partecipazione.

Coordinatore: Mirco Salvetti

Docenti : Giorgia Collu (Collaboratore SIT Nazionale F.I.N.)
Sabina Fornaro (Collaboratore SIT Nazionale F.I.N.)
Elisabetta Locatelli (Collaboratore SIT Nazionale F.I.N.)
Ivan De Luca (Collaboratore SIT Nazionale F.I.N.)
Manuela Ragnoli (Collaboratore SIT Nazionale F.I.N.)

Esigenze organizzative potranno determinare un cambiamento dell'ordine delle varie lezioni.

Il corso verrà organizzato al raggiungimento di 30 unità e **NON POTRA' ACCOGLIERE PIU' DI 40**

ISCRITTI

Costo di partecipazione: €350,00

L'iscrizione al corso e il pagamento della relativa quota di partecipazione dovrà essere effettuata nel nostro portale: portale.federnuoto.it entro e non oltre il **21 settembre 2019**

Coloro i quali non hanno una utenza nel gestionale dovranno trasmettere il modulo di adesione allegato compilato in ogni sua parte unitamente alla copia di un documento d'identità in corso di validità all'indirizzo e-mail sit@federnuoto.it o via fax al n. 06/36200032 entro e non oltre il 13 settembre 2019. Una volta registrati sarà possibile effettuare il pagamento nel nostro portale: portale.federnuoto.it **entro e non oltre il 21 settembre 2019** .Per ulteriori informazioni Vi invitiamo a contattare l'ufficio SIT ai seguenti numeri: 06/36200022-441.

Sistemazione alberghiera:

HOTEL CONVENZIONATI:

SETTECENTO HOTEL (1 Km dalla piscina)

Via Milano 3 , 24030 Presezzo (BG)

Tel. 035466089 fax 03543751

www.settecentoristorante.com

BED & BREAKFAST "AL VECCHIO MULINO" (500mt dalla piscina)

Via Marconi 18, 24030 Valbrembo

Tel 035527662 Cell. 3477373238

www.alvecchiomolino.it

BED & BREAKFAST "FONTANELLA" (1,9 Km dalla piscina)

Via Umbria 4, 24035 Curno

Cell. 3394838166

www.bbfontanella.com

INDICAZIONI PER RAGGIUNGERE IL CENTRO

VIA SAN CLEMENTE 66 , Tel. 3756281319

24030 PONTE SAN PIETRO (BG)

DA MILANO – AEREOPORTI DI MALPENSA E LINATE

PRENDERE AUTOSTRADA A4 IN DIREZIONE VENEZIA USCITA DALMINE
ALLA ROTONDA DIRITTO/SS470 VIA DELLE VALLI
ATTTRAVERSARE TREVILOLO, CURNO, MOZZO, ALLA ROTONDA PRENDERE LA 3° A DESTRA
IN DIREZIONE VALBREMBO, VIA DA VINCI. PROSEGUIRE PER 1 Km CIRCA SEGUIRE LA STRADA CHE
SVOLTA A SX IN VIA SAN CLEMENTE, DOPO 300 Mt IL CENTRO PISCINE AQUA TEAM SARA' ALLA
VOSTRA SX.

DA VENEZIA:

PRENDERE AUTOSTRADA A4 IN DIREZIONE MILANO USCITA DALMINE
ALLA ROTONDA DIRITTO/SS470 VIA DELLE VALLI, ATTTRAVERSARE TREVILOLO, CURNO, MOZZO
ALLA ROTONDA PRENDERE LA 3° A DESTRA IN DIREZIONE VALBREMBO, VIA DA VINCI. PROSEGUIRE
PER 1 Km CIRCA SEGUIRE LA STRADA CHE SVOLTA A SX IN VIA SAN CLEMENTE, DOPO 300 Mt IL
CENTRO PISCINE AQUA TEAM SARA' ALLA VOSTRA SX.

DALL'AEREOPORTO DI BERGAMO ORIO AL SERIO:

USCITI DALL'AEREOPORTO SVOLTARE A DX,
SEGUIRE PER BERGAMO-LECCO
PRENDERE L'USCITA : PONTE SAN PETRO IMMETERSI SULLA SS470
ALLA ROTONDA PRENDERE LA 3° A DESTRA IN DIREZIONE VALBREMBO, VIA DA VINCI. PROSEGUIRE
PER 1 Km CIRCA SEGUIRE LA STRADA CHE SVOLTA A SX IN VIA SAN CLEMENTE, DOPO 300 Mt IL
CENTRO PISCINE AQUA TEAM SARA' ALLA VOSTRA SX.

DALLA STAZIONE DI BERGAMO: PRENDERE AUTOBUS ATB N° 8B IN DIREZIONE PONTE SAN PIETRO
FERMATA BRIOLO