



piscina Sterlino, via Murri, 113–Bologna

CORSO ISTRUTTORI di AQUAGYM

I° LIVELLO

con rilascio brevetto AICS riconosciuto a livello nazionale

Lezioni pratiche e teoriche nei giorni:

Sabato 05 marzo h. 09:00 - h. 18:00

Accredito e consegna materiale. L'attività motoria di fitness in acqua. Nozioni base di anatomia con proprietà, principi ed effetti del movimento in acqua. Analisi della figura dell'istruttore e degli esercizi base. Struttura di una lezione base e dimostrazione pratica in acqua.

Domenica 06 marzo h. 09:00 - h. 18:00

Utilizzo della musica come strumento didattico, analisi delle varie tipologie di lezione a corpo libero e con attrezzi, esercitazioni pratiche per l'utilizzo della musica a terra.
Pratica in acqua e laboratori didattici.

Sabato 12 marzo h. 09:00 - h. 12:00

Esercitazioni guidate in preparazione della prova finale. Esame finale: simulazione lezione base.

In quest'ultima giornata si terranno le prove pratiche di selezione con conseguimento, per tutti i partecipanti, degli **attestati di frequenza**.

Coloro che, ad insindacabile giudizio della commissione tecnica, otterranno anche la **qualifica di merito**, potranno proseguire l'iter formativo. Previo contributo di € **70,00**. I selezionati dovranno effettuare **10 ore** di affiancamento obbligatorio, da svolgersi dal 14 marzo al 29 maggio 2022. Al termine verrà consegnato loro il **brevetto A.I.C.S.** ente nazionale di promozione sportiva, riconosciuto dal CONI. Le istruttrici e gli istruttori della **Rari Nantes Bologna a.s.d.** saranno a disposizione, per tutto il periodo, come tutor dei partecipanti, con consigli e dimostrazioni pratiche.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE AL CORSO:

- € 15,00 quota associativa da pagare presso la segreteria Rari Nantes Bologna (se non già soci)
- € 135,00 quota di partecipazione
- €70,00 quota periodo di tirocinio (per tutti coloro che, superata l'esercitazione del 12/03, potranno proseguire il corso)

ISCRIZIONE AL CORSO:

- **TERMINE ISCRIZIONI: MARTEDI' 1° MARZO 2022**
- Per info e dettagli sul corso: <https://www.aics.it/?p=102112>
- Per iscrizioni e dettagli sul pagamento: scrivere alla mail francesca.brecciaroli@aicsbologna.it

Per informazioni: 051/ 62.36.704 oppure 334.58.47.638
dalle 16:00 alle 20.00

SI RILASCIATTESTATO PER LA DOMANDA DI CREDITO FORMATIVO