

CORSO NAZIONALE II LIVELLO ON LINE "Istruttore/Personal Trainer Senior"

REGOLAMENTO ANNO SPORTIVO 2016

Obiettivi del Corso

- Formare un Istruttore in grado di rispondere alle esigenze del mercato del Fitness;
- Perfezionare le tecniche di insegnamento della Pesistica Olimpica, dell'uso dei sovraccarichi in sala pesi e di tutte le discipline curate e gestite dalla Federazione Italiana Pesistica;
- Creare una figura professionale innovativa, specialistica e preparata sulle nuove metodologie di allenamento della forza;
- Fornire le conoscenze tecniche e scientifiche necessarie a realizzare programmi di allenamento personalizzato per una clientela di livello intermedio e popolazioni speciali;
- Fornire una solida preparazione di base per affrontare in maniera adeguata il Corso Nazionale di III Livello Federale;
- Fornire un'adeguata preparazione per affrontare l'esame per la Certificazione Internazionale NSCA di "CPT – Personal Trainer Qualificato".

Le modalità per il raggiungimento di tali obiettivi saranno individuate attraverso:

- ✓ utilizzo dei test di valutazione posturale, funzionale e antropometrica;
- ✓ utilizzo dei pesi liberi e delle attrezzature per i sovraccarichi;
- ✓ uso delle kettlebell e del suspension training;
- ✓ programmazione e periodizzazione dell'allenamento per obiettivi.

1) Organizzazione e Docenti

La Direzione del Corso e la scelta del corpo docenti è affidata al Coordinatore Area Formazione della Scuola Nazionale, Dott. Carlo Varalda.

2) Durata

Il Corso, che è in totale aderenza al "**Sistema Nazionale delle Qualifiche dei Tecnici Sportivi**" (SNaQ) promosso dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI), in stretta connessione con il Quadro di Riferimento Europeo, è articolato in una parte teorica (da svolgere interamente on line attraverso la piattaforma e-learning di Calzetti & Mariucci) ed una parte pratica (da svolgere presso le sedi indicate dalla **FIPES Strength Academy**).

L'iscrizione si effettua compilando il form on line, direttamente dal portale della Formazione FIPES <http://strengthacademy.it/>; **si hanno 4 mesi di tempo – dalla data di inoltro delle credenziali di accesso alla piattaforma e-learning – per concludere le lezioni teoriche on-line (compresi i test).**

Contestualmente, il corsista riceverà un Calendario con indicate sia le date, le sedi e gli orari delle lezioni pratiche, sia la data e la sede di effettuazione dell'esame finale.

3) Requisiti di ammissione

Possono accedere al Corso tutti coloro che sono in possesso dei seguenti requisiti (autocertificazione):

- qualifica di **I Livello FIPES** in regola con il tesseramento Federale 2016;
(oppure)
 - **Laurea in Scienze Motorie** o **Diploma ISEF**;
- (oppure)
 - qualifica di Insegnante Tecnico (almeno I Livello) conseguita presso **altra Federazione Sportiva Nazionale riconosciuta dal CONI**;
- Certificazione BLS o BLS-D (chi non ne fosse in possesso è tenuto a regolarizzare la posizione entro la data dell'esame orale);
- non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi a pene detentive complessivamente superiori ad un anno, ovvero a pene che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad un anno;
- non avere riportato nell'ultimo decennio, salvo riabilitazione, squalifiche o inibizioni sportive definitive complessivamente superiori ad un anno da parte delle Federazioni Sportive Nazionali, delle Discipline

Sportive Associate, degli Enti di Promozione Sportiva, del CONI o di Organismi Sportivi Internazionali riconosciuti.

- non aver subito sanzioni di sospensione dall'attività sportiva derivanti dall'applicazione delle NSA approvate dal CONI e dalla legge 376/2000 "Disciplina della tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta contro il doping".

Inoltre, si deve essere in possesso di un Certificato Medico generico di idoneità fisica non agonistica (*in corso di validità*), da presentare – *anche in copia conforme all'originale* – in occasione della prima sessione pratica.

I cittadini stranieri dovranno dare dimostrazione di essere "regolarmente" presenti sul territorio italiano.

4) Iscrizioni

L'iscrizione al Corso deve essere effettuata compilando il form on line direttamente dal portale della Formazione FIPE <http://strengthacademy.it/>

Una volta effettuata l'iscrizione, si riceveranno le credenziali di accesso alla piattaforma on-line, che consentiranno di accedere alle lezioni teoriche.

5) Quote di partecipazione

- € 1.200,00, per i **NON** tesserati alla FIPE;
- € 1.010,00, per i **Tesserati FIPE**, in regola con il Tesseramento 2016.

6) Modalità di pagamento

Non tesserati alla FIPE (quota d'iscrizione € 1.200,00):

- **I rata: € 410,00** (contestualmente con l'iscrizione);
- **II rata: € 400,00** (entro 60 gg. dal giorno dell'iscrizione);
- **III rata: € 390,00** (prima della data di esame).

Tesserati alla FIPE (quota d'iscrizione € 1.010,00, se in regola con il Tesseramento 2016):

- **I rata: € 410,00** (contestualmente con l'iscrizione);
- **II rata: € 300,00** (entro 60 gg. dal giorno dell'iscrizione);
- **III rata: € 300,00** (prima della data di esame).

I versamenti si possono effettuare o tramite bollettino di conto corrente postale o tramite bonifico bancario, secondo le procedure di seguito indicate:

- C/C POSTALE N.: **65794034** - Intestato a: **Federazione Italiana Pesistica - Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma** – Causale: **"Corso II Livello on line" – I, II o III rata** -
- Codice IBAN: **IT83Y010050330900000010130** della BNL con stessa intestazione e causale del bollettino di conto corrente postale.
(*Il bonifico bancario dovrà riportare, inoltre, il nominativo dell'interessato*).

Le quote versate saranno trattenute nel caso in cui il candidato non terminasse il percorso formativo nel termine stabilito (che sarà comunicato al momento della formalizzazione dell'iscrizione)

7) Esame Finale

L'esame prevede:

- **Pratica della Pesistica Olimpica:**
La valutazione si effettua al termine della lezione stessa; in caso di assenza, si effettua in occasione della lezione riservata alla "Pesistica per la preparazione fisica".
(Punteggio minimo **18/100** - massimo **30/100**)
- **Valutazione durante lo svolgimento delle materie pratiche in cui viene esaminata la partecipazione e l'acquisizione delle competenze pratiche:**
La valutazione si effettua al termine della lezione stessa.
(Punteggio minimo **6/100**-max **10/100**)
- **Tesina sulla realizzazione di un allenamento:**
La Tesina (in formato elettronico PP) deve essere consegnata in formato elettronico all'indirizzo e-mail: rauccio.corsi@federpesistica.it (pena l'esclusione dalla possibilità di sostenere il "Colloquio Orale").

(Punteggio minimo 18/100 - massimo 30/100)

- **Questionario a risposta multipla:**
La prova si effettua prima del Colloquio Orale (il medesimo giorno)
- **Colloquio Orale:** *(Punteggio minimo 18/100 - massimo 30/100).*

Il superamento del Colloquio Orale è condizione essenziale per il conseguimento della qualifica.

Coloro che riporteranno una valutazione insufficiente (*nell'insieme delle prove*) potranno sostenere l'esame in un Corso successivo (*nello stesso anno*), senza versamento di alcuna quota di partecipazione. Qualora il futuro nuovo Regolamento dovesse prevedere qualcosa di diverso, per poter accedere all'esame occorrerà integrare la parte mancante (*sia dal punto di vista della frequenza delle nuove lezioni, che da quello del profilo economico*).

8) Commissione d'Esame

La Commissione d'esame viene nominata dalla **Federazione Italiana Pesistica**.

9) Abilitazione

A coloro che superano l'esame, la Federazione conferisce la **Qualifica** di "**Istruttore/Personal Trainer Senior**" (*II Livello Federale*), con decorrenza immediata, e consegna il relativo Diploma.

Contestualmente sono attribuiti **n. 20 Crediti Formativi SNaQ CONI** (*Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi*); tali crediti risultano "spendibili" presso la maggior parte delle Facoltà di Scienze Motorie (*per l'attività formativa a scelta*) e/o presso le Facoltà di Scienze Motorie on-line, con particolare riferimento alla Facoltà dell'Università San Raffaele convenzionata con la FIPE.

10) Vantaggi del Diploma di "Istruttore/Personal Trainer Senior"

Il superamento dell'esame consente di acquisire i seguenti "benefit":

- Polizza RC Professionale, gratuita per il 2016;
- Iscrizione gratuita (*quale "promozione" per l'anno olimpico*) all'esame per la certificazione internazionale **NSCA** di **CPT** "*Personal Trainer Qualificato*" (*dead-line: 31 gennaio 2017*)
- Ulteriori diritti in qualità di tesserato:
 1. *Possibilità di affiliare un'Associazione/Società Sportiva alla Federazione Italiana Pesistica (1^ Affiliazione gratuita);*
 2. *Agevolazioni fiscali per l'attività dilettantistica;*
 3. *Abbonamento gratuito alla rivista federale;*
 4. *Quote agevolate per la partecipazione a seminari organizzati dalla Federazione Italiana Pesistica.*

11) Varie

- In occasione della prima sessione pratica deve essere consegnata copia di un certificato medico di idoneità fisica all'attività non agonistica e copia della certificazione BLS o BLS-D (*chi non ne fosse in possesso è tenuto a regolarizzare la posizione entro la data dell'esame orale*);
- Il corsista deve possedere obbligatoriamente un indirizzo di posta elettronica; ogni comunicazione verrà inoltrata esclusivamente tramite e-mail;
- Ad ogni corsista è richiesto di fornire, al termine del Corso, un curriculum aggiornato con foto; la Segreteria Federale, se autorizzata - *per iscritto* - dal corsista al trattamento dei dati personali, provvederà a fornire i relativi riferimenti alle Associazioni/Società Sportive affiliate che facciano richiesta di entrare in contatto con i Tecnici FIPE.

* * * ^ * ^ * ^ * ^ * ^ * * *

Per ulteriori informazioni contattare la **FIPE STRENGTH ACADEMY:**

tel. 06-8797.3013 – fax 06.8797.3032 – e-mail rauccio.corsi@federpesistica.it

www.strengthacademy.it