

CONVENZIONE

ALLEANZA SPORTIVA ITALIANA
PROT. 1380
del 10/06/13

La Federazione Italiana Pesistica (*di seguito: FIPE*), con sede in Roma, Viale Tiziano, 70 , Codice Fiscale 06508701007, nella persona del Presidente pro tempore, Dott. Antonio Urso, domiciliato per la carica presso la sede legale della FIPE suddetta

e

L'Ente di Promozione Sportiva Associazioni Sportive e Sociali Italiane di seguito (*ASI*) con sede in Roma, Via/Piazza Barnaba Oriani, 91/103, Codice Fiscale 96258170586, nella persona del Presidente, pro tempore, Claudio Barbaro, domiciliato per la carica presso la sede legale dell'Ente suddetto,

Premesso

A)

che il Comitato Olimpico Nazionale Italiano (*di seguito: CONI*), autorità di disciplina, regolazione e gestione delle attività sportive, intese come elemento essenziale della formazione fisica e morale dell'individuo e parte integrante dell'educazione e della cultura nazionale, ai sensi del D.Lgs n° 242/1999 e successive modificazioni ed integrazioni, in presenza dei requisiti previsti nel proprio Statuto, riconosce una sola Federazione Sportiva Nazionale per ciascuno sport ed una sola Disciplina Sportiva Associata per ciascuno sport che non sia già oggetto di una Federazione Sportiva Nazionale;

B)

che il CONI, riconosce Enti di Promozione Sportiva le Associazioni, a livello nazionale, che hanno per fine istituzionale la promozione e la organizzazione di attività fisico-sportive con finalità ricreative e formative, e che svolgono le loro funzioni nel rispetto dei principi, delle regole e delle competenze del CONI, delle Federazioni Sportive Nazionali e delle Discipline Sportive Associate ancorché con modalità competitive;

C)

che il CONI, ai sensi dell'art.3, comma 4 dello proprio Statuto, anche in collaborazione con le Federazioni Sportive Nazionali e le Discipline Sportive Associate, cura le attività di formazione e aggiornamento dei quadri tecnici e dirigenziali, nonché le attività di ricerca applicata allo sport. A tale scopo è stato elaborato ed approvato dal CONI un Piano Nazionale di Formazione dei Quadri e degli Operatori Sportivi e dal successivo Sistema Nazionale delle Qualifiche – SNaQ - che, attraverso la Scuola dello Sport, prevede la razionalizzazione dei percorsi formativi con meccanismi certi ed una effettiva valorizzazione della cosiddetta formazione permanente;

D)

che la FIPE è Associazione senza fini di lucro con personalità giuridica di diritto privato ed è formata da tutte le Società, le Associazioni Sportive ed i Gruppi Sportivi Militari e di Stato, costituite ai sensi della normativa vigente che, senza scopo di lucro, praticano in Italia la Pesistica Olimpica, Paralimpica e le discipline della Cultura Fisica che prevedono l'utilizzo di sovraccarichi e resistenze finalizzate all'attività sportiva agonistica, al Fitness ed al benessere fisico – Wellness -. Svolge l'attività sportiva e le relative attività di promozione, in armonia con le deliberazioni e gli indirizzi del Comitato Olimpico Internazionale (*di seguito: CIO*), del CONI e del CIP godendo di autonomia tecnica, organizzativa e di gestione, sotto la vigilanza del CONI medesimo e del CIP;

E)

Che la FIPE:

- è riconosciuta, ai fini sportivi, dal Comitato Olimpico Italiano- CONI - ed è affiliata alla Federazione Internazionale di Pesistica (IWF) e alla Federazione Europea di Pesistica;
- è riconosciuta dal Comitato Italiano Paralimpico – CIP – ed attraverso quest'ultimo dal Comitato Internazionale Paralimpico – IPC – e dalle quali è riconosciuta come unica rappresentante in Italia relativamente alla disciplina della Pesistica Paralimpica;
- persegue come obiettivo primario, oltre alle attività prettamente agonistico/competitive, la diffusione dello sport quale insostituibile elemento di promozione della salute;
- ha sempre attuato ed attua il reclutamento, la formazione, l'aggiornamento e la specializzazione delle figure operanti nei suoi Quadri Tecnici, inclusi gli Ufficiali di Gara, nonché dei suoi Dirigenti Sportivi;

F)

che l'E.P.S.:

- è riconosciuto, ai fini sportivi, dal Consiglio Nazionale del CONI con deliberazione n. 1224 del 15/05/2002 ai sensi del DLgs. 242/1999;
- è riconosciuto altresì dal Ministero degli Interni con D.Min.Int. 557/B22684.12000.A(132) del 16/12/2002
E' iscritto al Registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali.

G)

che l'E.P.S., in accordo con il “Regolamento degli Enti di Promozione Sportiva” approvato dal Consiglio Nazionale del CONI con deliberazione n. 1427 del 17.12.2010 , promuove ed organizza attività sportive multidisciplinari per tutte le fasce di età e categorie sociali, con finalità formative e ricreative, ancorché con modalità competitive curando anche il reclutamento, la formazione e l'aggiornamento degli operatori preposti alle proprie discipline;

H)

che la FIPE e l'E.P.S. (di seguito: le Parti) condividono:

- il principio che lo Sport riveste carattere di fenomeno culturale, di grande rilevanza sociale e che, per le insite implicazioni di carattere educativo, tecnico, sociale e ricreativo, deve essere considerato un vero e proprio valore fondamentale per l'individuo e la collettività con riferimento, in particolare, all'art. 2 della Costituzione;
- la finalità della formazione, della ricerca, della documentazione ed in genere la promozione e la diffusione di tutti i valori morali, culturali e sociali riconducibili alla pratica delle attività motorie e sportive;

si conviene e si stipula quanto segue

Articolo. I - Norme generali

I.1

Le premesse sono parte integrante della Convenzione. Con la presente Convenzione le Parti intendono realizzare un vero e proprio “patto associativo per lo sviluppo della disciplina”, nell'interesse dei praticanti, dell'associazionismo di base e delle comunità locali.



Allegato "A" alla Convenzione tra la FIPE e ASI

Le parti convengono e stipulano quanto segue:

Art. 1 – Oggetto dell'integrazione allegata alla Convenzione tra la FIPE e ASI

La presente integrazione disciplina i rapporti tra la FIPE e ASI e ha per oggetto lo svolgimento di Corsi di Formazione per "Allenatore/Personal Trainer" (I Livello FIPE), come da Convenzione sottoscritta tra le parti. Il relativo Programma è riportato nell'Allegato "B", che costituisce parte integrante del presente atto.

Art.2 – Modalità organizzative e didattiche dei Corsi di Formazione per "Allenatore/Personal Trainer" (1° Livello FIPE)

I Corsi di I Livello FIPE in convenzione FIPE/ASI per il rilascio della qualifica di "Allenatore/Personal Trainer" (I Livello FIPE) sono aperti a Tecnici ASI in possesso almeno del I livello rilasciato dall'Ente.

- 1) L'organizzazione del Corso è affidata alla FIPE che lo gestirà o direttamente a livello Centrale o affidandone lo svolgimento alle proprie Organizzazioni Territoriali;
- 2) Sulla base della provenienza dei partecipanti la FIPE potrà organizzare i Corsi a Roma presso le strutture federali (Es.: CPO CONI "Giulio Onesti" – Largo Giulio Onesti n. 1) o presso le proprie Organizzazioni Territoriali nelle strutture normalmente dalle stesse utilizzate;
- 3) Il Corso è articolato in 32h distribuite in più fine settimana (o sabato e domenica o fine settimana lunghi, ivi compreso il venerdì pomeriggio), più valutazione finale;
- 4) Il Corso viene attivato solo al raggiungimento minimo di n. 10 partecipanti e fino ad un massimo di n.40;
- 5) La quota di partecipazione è di € 350,00 per ogni Corsista e comprende:
 - a. Lezioni teorico/pratiche;
 - b. Esame finale;
 - c. Materiale didattico;
 - d. Tesseramento per l'anno in corso ai Tecnici partecipanti.
- 6) Il pagamento della quota d'iscrizione si effettua o tramite versamento sul c/c postale n. 65794034 (intestato a: Federazione Italiana Pesistica - Viale Tiziano 70 - 00196 Roma - causale: "Corso I Livello Convenzione Ente ASI") oppure tramite bonifico bancario con utilizzo del Codice IBAN: IT83Y010050330900000010130 della BNL (stessa intestazione e stessa causale del bollettino).

N.B.

- a. Nell'eventualità in cui il Corso venga annullato o non si svolga per cause riconducibili alla FIPE, si ha diritto al rimborso integrale della quota versata (dietro presentazione di richiesta scritta). Nel caso in cui si rinunci a partecipare per motivi strettamente personali, la Federazione provvederà a rimborsare il 50% della quota d'iscrizione, dietro presentazione di richiesta scritta unitamente all'invio della ricevuta di pagamento, da inoltrare alla Segreteria FIPE (Viale Tiziano, 70 – 00196 Roma) entro il decimo giorno precedente la data di inizio del Corso. La richiesta può essere inoltrata anche via fax (06-3685.8660) o via e-mail (corsi1@federpesistica.it oppure corsi@federpesistica.it).
- 7) Requisiti di ammissione (garantiti dall'Ente)
 - a. Diploma di qualifica Tecnica almeno di I Livello;
 - b. Tesseramento presso l'Ente;
 - c. Maggiore età;
 - d. 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;
 - e. presentare – all'atto dell'iscrizione – un certificato medico generico di idoneità fisica.
- 8) Materiale didattico
Ai corsisti verrà consegnato il seguente libro della collana federale:



"LE BASI DELL'ALLENAMENTO SPORTIVO. Manuale del tecnico federale di primo livello"

Editore: Calzetti & Mariucci - Autore: Scuola Nazionale FIPE

9) Esame finale

Il partecipante al Corso, dopo aver frequentato le ore di lezione obbligatorie (con un margine massimo di 4 ore di assenza), dovrà preparare un "elaborato in formato elettronico" (tesina scritta di circa 30 pagine o una presentazione di circa 30 slides in powerpoint) su materie trattate durante il Corso.

L'esame si terrà non prima di 15 giorni dall'ultima lezione frontale del Corso, al fine di consentire ai partecipanti di svolgere il previsto iter di presentazione.

Il voto viene espresso in "100esimi" e alla fine delle prove viene stilata una graduatoria.

L'esame prevede:

- una prova scritta in forma di quiz, predisposta dalla Federazione, sulla base di 30 domande a risposta multipla, su argomenti trattati sul libro "Le Basi dell'Allenamento Sportivo. Manuale del tecnico federale di primo livello".

Ogni risposta errata comporta la perdita di un punto; ogni risposta non data equivale a risposta errata (punteggio massimo 30/100);

- un colloquio orale, che ha inizio dall'esposizione dell'elaborato e si sviluppa su tutto il programma (punteggio minimo 20/100 - punteggio massimo 40/100), ed il cui superamento è condizione essenziale per il conseguimento della qualifica.

Inoltre, ai fini della graduatoria finale, verrà presa in considerazione la prova pratica di valutazione sull'apprendimento delle tecniche di strappo e di slancio (punteggio massimo 30/100), che ogni partecipante al Corso dovrà effettuare al termine delle lezioni obbligatorie di pratica.

Per essere promosso, l'esaminando - al termine delle tre prove - deve ottenere una valutazione minima di 60/100, previo - comunque - l'ottenimento di almeno 20/100 alla prova colloquio orale.

Chi non risulta idoneo alla qualifica, potrà sostenere l'esame nel Corso successivo, senza versamento di alcuna quota di partecipazione e senza obbligo di frequenza.

10) Abilitazione:

A coloro che superano l'esame, la Federazione conferisce la Qualifica di "Allenatore/Personal Trainer" (I Livello Federale), con decorrenza immediata.

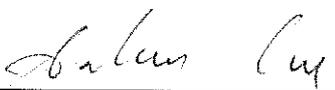
I candidati abilitati - inquadrati nell'Albo Federale degli Insegnanti Tecnici - riceveranno per posta in abbonamento gratuito la Rivista Federale "Strength & Conditioning", all'interno della quale è ricompresa una sezione dedicata all'Aggiornamento annuale obbligatorio degli stessi.

Art. 3 - Varie

1. L'Ente di Promozione Sportiva si farà carico di raccogliere le iscrizioni nominative dei partecipanti, unitamente ai dati anagrafici necessari per il completamento del database FIPE, e di girarli alla Federazione utilizzando un file excel;
2. L'Ente di Promozione Sportiva comunicherà alla FIPE il nominativo di un proprio referente, che farà da tramite - per tutte le comunicazioni inerenti il Corso - tra l'Ufficio Formazione FIPE e i partecipanti;
3. Eventuali altri accordi saranno disciplinati attraverso la sottoscrizione congiunta di ulteriori allegati.

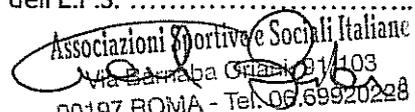
La presente Integrazione si compone di n. 2 pagine.

Il Presidente
della Federazione Italiana Pesistica



(Antonio Urso)

Il Presidente
dell'E.P.S.


Via Garibaldi 91/103
00197 ROMA - Tel. 06.69920228
(.....)

Roma,

1/06/2013

(Corso I Livello – Allenatore/Personal Trainer)



Federazione Sportiva Nazionale
riconosciuta dal Coni

Disciplina Sportiva
Paralimpica riconosciuta dal
Comitato Italiano Paralimpico

PROGRAMMA

CORSO DI I LIVELLO

PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA DI
ALLENATORE/PERSONAL TRAINER

N. ORE		MATERIE
3	(di cui)	CONOSCENZE GENERALI
	2	• Elementi di nutrizione
	1	• Ordinamento Sportivo
12	(di cui)	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO E DELL'INSEGNAMENTO
	1	• Il profilo e le competenze didattiche del tecnico di primo livello
	4	• Adattamento all'allenamento con sovraccarichi e alcune Metodiche di allenamento
	2	• Basi dell'allenamento aerobico e alcune Metodiche di allenamento
	1	• Valutazione funzionale di Base
	1	• Flessibilità e Mobilità Articolare
	2	• Programmazione e Stesura del programma di allenamento
	1	• Avviamento con i sovraccarichi per i disabili
17	(di cui)	PARTE PRATICA
	10	• Gli Esercizi della Pesistica
	7	• Gli Esercizi della Sala Pesi (Macchine, bilancieri, manubri, cavi, elastici, es.funzionali)
32		T O T A L E

PROGRAMMA DETTAGLIO ORE

N. ORE	MATERIE
3	CONOSCENZE GENERALI
2	Elementi di Nutrizione
	I principi nutritivi
	L'indice glicemico
	Le calorie
1	Ordinamento sportivo
	Il nuovo sistema di qualifiche federali
	Gli organismi sportivi nazionali ed internazionali
	Le strutture della Federazione
	I regolamenti
12	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO
1	I compiti e le responsabilità del tecnico di primo livello
4	Adattamento all'allenamento con sovraccarichi e alcune Metodiche di allenamento
	Adattamenti acuti
	Adattamenti cronici
	Le capacità condizionali e coordinative (generali e speciali)
	La forza: definizione e classificazione
	Metodiche di allenamento per il fitness
	L'importanza della motivazione
	Il sistema delle capacità motorie
	Schemi motori di base, abilità motorie, tecniche sportive
	Velocità e rapidità
	L'uso dei sovraccarichi nel preatletismo
2	Basi dell'allenamento aerobico e alcune Metodiche di allenamento
	Definizione e Classificazione della resistenza
	Adattamenti acuti
	Adattamenti cronici
	Effetti dell'allenamento aerobico
	Metodiche di allenamento per il fitness
1	Valutazione funzionale di base
	Test di valutazione del movimento
	Valutazione posturale rapida
	L'osservazione e la valutazione nell'insegnamento
	Le funzioni e strumenti dell'osservazione