



Comunicato n. 27
Del 27/08/2025

CORSO DI FORMAZIONE PER TECNICO ISTRUTTORE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (T12)

CHIETI

Il Comitato Regionale **Abruzzo**, ha programmato un Corso di Formazione che consentirà l'abilitazione a Tecnico Istruttore Categorie Promozionali e Giovanissimi (T12) nei giorni

28-settembre-4-5-11-12-18-19 ottobre 2025

Il Corso di formazione T12 è così strutturato:

- Il primo giorno si svolge una prova pratica di ammissione in bicicletta il 28/09/2025 dalle ore 14:30 alle ore 18:30. Coloro che risulteranno idonei potranno accedere al corso di formazione.
- La località di svolgimento della prova verrà comunicata agli aspiranti tecnici successivamente all'iscrizione (sarà comunque svolta nelle vicinanze della location dove saranno svolte le lezioni teoriche)

La prova pratica di ammissione è costituita da:

un circuito di esercizi da eseguire in bicicletta (strada o MTB) per verificare le capacità tecniche fondamentali;

un breve percorso di fondo per verificare le capacità fisico-atletiche generali.

Durante la prova pratica di ammissione è obbligatorio inoltre avere i pedali "flat" (senza aggancio).

Non è consentito l'uso della e-bike.

Durante la prova pratica di ammissione, è obbligatorio:

- indossare abbigliamento ciclistico consono,
- indossare il casco, i guanti e gli occhiali (per motivi di sicurezza),
- essere muniti di propria bicicletta (da strada o fuoristrada), pulita ed in piena efficienza.

La prova pratica è descritta su www.feder ciclismo.it alla voce **Federazione - Formazione – Scuola Tecnici e Modulistica Corsi**.

Per partecipare alla prova di ammissione è necessario arrivare nella zona stabilita già vestiti adeguatamente per la pratica sportiva (compreso casco proprio ad uso esclusivamente personale), in quanto non sarà possibile utilizzare spogliatoi o spazi chiusi per cambiarsi.

- Nei giorni 12-18 e 19 ottobre 2025 si svolgeranno le attività pratiche sia in bicicletta che in palestra. Per partecipare sia alle lezioni pratiche in bicicletta che alle attività in palestra è necessario arrivare nella zona stabilita già vestiti adeguatamente per la pratica sportiva (compreso casco proprio ad uso esclusivamente personale), in quanto non sarà possibile utilizzare spogliatoi o spazi chiusi per cambiarsi. Durante le lezioni pratiche è obbligatorio:
avere i pedali "flat" (senza aggancio)
indossare abbigliamento ciclistico consono,
indossare il casco, i guanti e gli occhiali (per motivi di sicurezza),
essere muniti di propria bicicletta (da strada o fuoristrada), pulita ed in piena efficienza.

Assenze consentite: 8 ore al modulo di base e 4 ore al modulo specifico. Nel programma sono indicate sia le lezioni relative al modulo specifico che quelle relative al modulo di base. Il corso ha frequenza obbligatoria (vedi dettagli nella normativa).

Al termine del corso e per accedere agli esami finali di abilitazione che sono previsti entro i 3 mesi dalla conclusione del corso, l'aspirante dovrà svolgere un tirocinio di 20 ore. L'esame finale di abilitazione prevede lo svolgimento di due questionari di valutazione a risposta multipla (possono essere somministrati anche l'ultimo giorno del corso), colloquio orale, presentazione di un elaborato scritto e svolgimento dell'esame pratico finale in bicicletta.

REQUISITI PER L'AMMISSIONE

1. compimento del 18° anno di età;
2. possesso dell'abilitazione di 1° livello "Assistente Tecnico (AT1)". Obbligo del tesseramento Assistente Tecnico AT1 per lo svolgimento del tirocinio (*v. relativo paragrafo tirocinio nella normativa*);
3. diploma di scuola media superiore per tutti coloro nati dopo il 1990.
4. non avere a proprio carico squalifiche in corso;
5. certificato medico per attività sportiva non agonistica;
6. versamento della relativa quota di iscrizione*.

**comprensiva del materiale didattico, annualmente aggiornato*

Essendo un corso che si svolge in parte in modalità ONLINE gli iscritti dovranno essere muniti di pc con collegamento internet e webcam attiva durante le lezioni.

COSTI DEL CORSO

La quota del corso è di € **320,00**.

Chi non risulterà idoneo alla prova pratica di ammissione che si svolge il primo giorno del corso potrà chiedere la restituzione di € 290,00.

Nel caso in cui in fase di iscrizione al corso TI2 non fosse possibile procedere subito con il tesseramento AT1, come richiesto nei requisiti sopraelencati è possibile attivare l'assicurazione **solo per le date del corso TI2**, versando una quota di € **14,00**. Il versamento andrà effettuato sul c/c bancario intestato al Comitato Regionale Abruzzo- Banca Intesa - IBAN: **IT44 L030 6909 6061 0000 0010 429** specificando il nome del corsista e la località del corso. La copia di tale versamento dovrà essere inviata a abruzzo@feder ciclismo.it.

Per svolgere il tirocinio previsto è comunque necessario essere in possesso della tessera AT1 in corso di validità.

Per l'iscrizione al corso è necessario inviare all'indirizzo di posta elettronica abruzzo@feder ciclismo.it entro il **22/09/2025** la seguente documentazione:

- **Scheda di iscrizione** (scaricabile da www.feder ciclismo.it – Federazione - Formazione –Scuola Tecnici – Modulistica Corsi)
- **Copia del bonifico:**
- **Certificato medico per attività sportiva non agonistica**, redatto secondo le modalità indicate nel DM del 23 aprile 2013 ed utilizzando il modello C che si rimette qui sotto in allegato.

Il Comitato Regionale si riserva di chiudere anticipatamente le iscrizioni, al raggiungimento del numero massimo di domande.

Gli atleti Azzurri o ex Azzurri che si iscrivono al corso di formazione fruiscono di uno sconto pari al 20%, per i Formatori della FCI lo sconto è pari al 20%.

Gli/le Atleti/e delle categorie internazionali (junior, under 23, élite sc, professionisti, categorie paralimpiche e rispettive categorie femminili) in attività, o che abbiano cessato l'attività negli ultimi 5 anni, tesserati con la Federazione Ciclistica Italiana, che non abbiano a proprio carico squalifiche in corso potranno frequentare il corso di formazione TI2 nell'ambito del Progetto Formativo dedicato agli atleti usufruendo dello sconto del 50% sulla quota prevista (€ 160 anziché 320)

Gli Atleti che rientrano in questo speciale Progetto Formativo sono esonerati solo dalla prova di ammissione che si svolge il primo giorno del corso e dal tirocinio. Dovranno invece frequentare le lezioni teoriche e pratiche previste dal corso, svolgere i 2 questionari di valutazione finali, elaborare una tesina e sostenere sia il colloquio orale che l'esame pratico finale di abilitazione .

PER RIENTRARE IN QUESTO PROGETTO ED USUFRUIRE DELLE AGEVOLAZIONI PREVISTE, GLI ATLETI INTERESSATI DEVONO INVIARE RICHIESTA A SCUOLATECNICI@FEDERCICLISMO.IT SPECIFICANDO IL CORSO A CUI CI SI INTENDE ISCRIVERE.

Ulteriori informazioni potranno essere qui consultate <https://www.feder ciclismo.it/federazione/scuola-tecnici/librettoformativo/>



Modello all'Allegato C del D.M. del 24.04.2013

Certificato di idoneità alla pratica di attività sportiva di tipo non agonistico

Sig.ra / Sig.....

Nata/o a il,

residente a.....

Il soggetto, sulla base della visita medica da me effettuata, dei valori di pressione arteriosa

rilevati, nonché del referto del tracciato ECG eseguito in data

.....,

non presenta controindicazioni in atto alla pratica di attività sportiva non agonistica.

Il presente certificato ha validità annuale dalla data del rilascio.

Luogo, data, timbro e firma del medico certificatore

PROVA AMMISSIONE 28 settembre		
14:00-18:00	Ritrovo e prova pratica di ammissione	suggeriti 3 Istruttori
	4 ottobre	
9:00	Presentazione del corso - Benvenuto	Comitato Regionale
9:30-10:30	I corsi della FCI - Nuova normativa di riferimento, Corso per Cat. Giovanissimi. Dal tecnico istruttore di ciclismo in ruolo al tecnico nella categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo la multidisciplinarietà	Docente
10:30-13:30		Docente
15:00-18:00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino	Specialista (psicologo)
	5 ottobre	
9:00-10:00	L'approccio alla disabilità (prima parte)	Docente Esperto in paralimpico
10:00-12:00	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta	Docente
12:00-13:00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi	Direttore di Corsa
14:00-16:00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada	Giudice di Gara
	Fisdir	
	11 ottobre	
9:00-11:00	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza	Docente
11:00-13:00	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento	Docente
14:30-16:30	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo	Docente
16:30-18:30	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo	Docente
	12 ottobre	
9:00-11:00	L'attività sportiva nel contesto giovanile	Docente
11:00-13:00	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)	Docente
14:30-16:30	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi generali in palestra cat. G4-G5-G6 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi pre-competitivi e competitivi	2 Docenti
16:30-17:30		2 Docenti
	18 ottobre	
8:30-10:30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (Abilità motorie - Preparazione comunicativa)	suggeriti 3 Istruttori
10:30-12:30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 2: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo A + B. Tecnica in gruppo pratica	suggeriti 3 Istruttori
13:30-15:30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi	suggeriti 3 Istruttori
15:30-19:30	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 5/4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C	suggeriti 3 Istruttori
	19/10/2025	
9:00-11:00	Tecnica Ciclistica Strada-Pista - Lezione 6 (1 parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale	suggeriti 3 Istruttori
11:00-13:00	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2 parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale	suggeriti 3 Istruttori
MODULO - VALUTAZIONE E ESAME (i questionari di esame possono essere somministrati sia in sede di esame finale oppure l'ultimo giorno in aula)		
14:30-15:30	Questionario modulo generale (argomenti comuni di carattere generale) MAX 20 MINUTI Questionario modulo specifico (argomenti specifici di Strada-Pista-Fuoristrada) MAX 20 MINUTI Questionario di Gradimento	Docente
ESAME ABILITAZIONE	Entro 3 mesi dalla fine del corso	

Con il colore VERDE la PROVA DI AMMISSIONE e le lezioni del MODULO TECNICO-PRATICO

Con il colore GIALLO le LEZIONI PRATICHE in PALESTRA

LE PARTI NON COLORATE SONO LEZIONI DEL MODULO GENERALE