

COMUNICATO n. 49 del 8 ottobre 2025

**CORSO DI FORMAZIONE PER ASSISTENTE TECNICO – AT1
(1° LIVELLO)
SEDE DA DEFINIRE e ONLINE**

Il Comitato Regionale Sardegna, ha programmato un Corso di Formazione che consentirà l'abilitazione a Assistente Tecnico – AT1 nei giorni **15 e 16 novembre 2025**

Tale corso AT1 - Assistente Tecnico, è propedeutico ai successivi livelli di abilitazione per Tecnici.

Il Corso di formazione AT1 è costituito da **12 ore** di lezione di cui 4 ore di attività pratica e 30 minuti per lo svolgimento del questionario. L'attività pratica può essere svolta anche come semplici uditori non è necessario svolgere le esercitazioni in bici.

- Nel giorno 15 novembre 2025, si svolgeranno le lezioni teoriche ON LINE (vedi programma).
- Nel giorno 16 novembre 2025 si svolgeranno le attività pratiche in bicicletta, presso sede da definire (equidistante dalla sede di provenienza degli iscritti). (vedi programma) Chi parteciperà in bicicletta, alle lezioni, dovrà arrivare nella zona stabilita già vestito 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:
indossare abbigliamento ciclistico consone;
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: 2 ore al modulo di base e non sono consentite assenze al modulo pratico. Il corso ha frequenza obbligatoria (vedi dettagli nella normativa).

All'esame finale di abilitazione sono ammessi/e soltanto coloro che hanno partecipato ad almeno 10 delle 12 ore di lezione previste. L'esame finale di abilitazione prevede lo svolgimento di un questionario di valutazione con 20 domande a risposta chiusa. Superato il questionario finale e conseguita la qualifica inerente il corso frequentato, i nuovi Assistenti Tecnici AT1, abilitati saranno inseriti nel sistema informatico istituito dalla Scuola Tecnici; successivamente i nuovi abilitati potranno richiedere, attraverso una Società affiliata alla Federazione Ciclistica Italiana, la tessera di "1° livello - Assistente Tecnico (AT1)". La qualifica di assistente tecnico non dà la possibilità di tesserare atleti di categorie agonistiche.

REQUISITI PER L'AMMISSIONE

1. compimento del 18° anno di età; possono essere ammessi anche giovani dal 16° anno di età, ma questi ultimi non potranno assumersi responsabilità di accompagnamento alle gare fino al compimento del 18° anno;
2. aver soddisfatto gli obblighi scolastici;
3. non avere a proprio carico squalifiche in corso;
4. versamento della relativa quota di iscrizione*;
5. certificato medico per attività sportiva non agonistica;

** comprensiva del materiale didattico, annualmente aggiornato e prodotto dalla Scuola Tecnici nazionale. Il file, in formato digitale, conterrà tutto il materiale che i Docenti esporranno durante le lezioni del corso.*

COSTI DEL CORSO

La quota del corso è di **€ 80,00**. La quota del corso è gratuita per gli Under 18 (solo 16 e 17 anni compiuti).

Per partecipare al corso è inoltre necessario essere in possesso di una assicurazione che copra per eventuali infortuni durante le attività pratiche. A tal fine sono ritenute valide, ai fini assicurativi, le tessere FCI in corso di validità di Atleta o Master; in alternativa è possibile attivare tale assicurazione **solo per le date del corso** versando una quota di **€ 14,00**. Il versamento andrà effettuato sul c/c bancario intestato al Comitato Regionale Sardegna organizzatore del corso - Banca: B.N.L. - IBAN: **IT52I0100504802000000100271**, specificando il nome del corsista e la località del corso. La copia di tale versamento dovrà essere inviata a sardegna@federciclismo.it

Per l'iscrizione al corso è necessario inviare all'indirizzo di posta elettronica sardegna@federciclismo.it entro **il 31/10/2025** la seguente documentazione:

- **Scheda di iscrizione** (scaricabile da www.federciclismo.it – Federazione – Formazione – Scuola Tecnici – Modulistica Corsi). I genitori dei Minorenni dovranno compilare una specifica scheda di iscrizione che vale come autorizzazione.
- **Copia del bonifico:** il versamento andrà effettuato sul c/c bancario intestato a **Comitato Regionale Sardegna FCI** - IBAN: **IT52I0100504802000000100271**, specificando il nome del corsista e la località del corso.
- **Certificato medico per attività sportiva non agonistica (necessario per chi decide di svolgere le attività pratiche in bicicletta)**, 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.

PROGRAMMA

CORSO DI FORMAZIONE PER ASSISTENTE TECNICO 1° LIVELLO (AT1)

sede del corso: DA DEFINIRE E ONLINE ZOOM

Il corso si svolgerà nei seguenti giorni 15 e 16 novembre 2025

15/11/2025 ON LINE	
ORARIO	ARGOMENTI
09.00/10.00	Storia e organizzazione della FCI (cenni). Struttura di una ASD giovanile e di una Scuola di Ciclismo
10.00/12.00	L'attività Ciclistica
12.00/13.00	Approccio formativo Multidisciplinare e Multisportivo
14.30/15.30	Ruoli e funzioni del personale di Giuria e direzione di corsa in gara.
15.30/17.30	Cenni sulle Abilità Motorie di Base a carattere generale e correlazione con le abilità Primarie e Secondarie del Ciclismo
17.30/18.30	Responsabilità legate al ruolo di Assistente Tecnico. Cenni sulla sicurezza in allenamento e in gara
16/11/2025 in presenza	
8.30/10.30	Lezione pratica su Abilità Primarie in Bicicletta (Equilibrio, pedalata, conduzione rettilinea, conduzione in curva, frenata)
10.30/12.30	Lezione pratica esercitazioni su gimkana propedeutica alla prova di ammissione TI2
12.30/13.30	Svolgimento Questionario di 20 domande a risposta chiusa in 30 minuti
FINE DEL CORSO	

**CORSO DI FORMAZIONE PER
TECNICO ISTRUTTORE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (TI2)**

SEDE DA DEFINIRE e ONLINE

Il Comitato Regionale Sardegna, ha programmato un Corso di Formazione che consentirà l'abilitazione a Tecnico Istruttore Categorie Promozionali e Giovanissimi (TI2) nei giorni **22-23-25-26-27-29-30 NOVEMBRE 2025**

Il Corso di formazione TI2 è così strutturato:

- Il primo giorno si svolge una prova pratica di ammissione in bicicletta il **22/11/2025** dalle **ore 08:30** presso sede da definire (equidistante dalla sede di provenienza degli iscritti). Coloro che risulteranno idonei potranno accedere al corso di formazione. 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 stabilità 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 25 – 26 – 27 novembre 2025, si svolgeranno le lezioni teoriche in modalità **ONLINE** per le quali è necessario essere muniti di pc, webcam attiva durante le lezioni e collegamento internet.
- Nei giorni 22 – 23 – 29- 30 novembre 2025 si svolgeranno le lezioni teoriche in presenza e le attività pratiche sia in bicicletta che in palestra presso sede da definire (equidistante dalla sede di provenienza degli iscritti). Per partecipare sia alle lezioni pratiche in bicicletta che alle attività in palestra è necessario arrivare nella zona stabilità 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 (che saranno somministrati 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 Sardegna FCI- Banca BNL - IBAN: IT52I0100504802000000100271**, specificando il nome del corsista e la località del corso. La copia di tale versamento dovrà essere inviata a sardegna@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 sardegna@feder ciclismo.it entro **il 31/10/2025** la seguente documentazione:

- **Scheda di iscrizione** (scaricabile da www.feder ciclismo.it – Federazione – Formazione – Scuola Tecnici – Modulistica Corsi)
- **Copia del bonifico:**
Il versamento andrà effettuato sul c/c bancario intestato a **Comitato Regionale Sardegna FCI - IBAN: IT52I0100504802000000100271**, specificando il nome del

corsista e la località del corso.

- **Certificato medico per attività sportiva non agonistica**, redatto secondo le modalità indicate nel DM del 23 aprile 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.federciclismo.it/federazione/scuola-tecnici/librettoformativo/>

PROGRAMMA
CORSO MAESTRO ISTRUTTORE DELLE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (TI2)
SEDE DA DEFINIRE E ONLINE

CORSO MAESTRO ISTRUTTORE DELLE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (TI2)	
PROVA AMMISSIONE 22/11/2025	
08.30/10.30	Ritrovo e prova pratica di ammissione
	22/11/2025 - IN PRESENZA
10.30	Presentazione del corso - Benvenuto
10.30/11.30	I corsi della FCI - Nuova Normativa di riferimento, Corso per Cat. Giovanissimi. Dall' Interdisciplinarietà alla multidisciplinarietà.
11.30/14.30	Il Tecnico Istruttore di Ciclismo: il ruolo del Tecnico nella Categoria Giovanissimi. La Scuola di Ciclismo la multidisciplinarietà
15.00/17.00	Le capacità condizionali: definizioni, classificazione e loro prima conoscenza
17.00/19.00	Le capacità coordinative: definizioni, classificazione e loro miglioramento
	23/11/2025 - IN PRESENZA
9.00/11.00	La bicicletta: cenni generali e posizione del bambino in bicicletta
11.00/13.00	L'attività generale cat. G1-G2-G3 - Teorica. Il gioco educativo
14.00/16.00	L'attività generale cat. G4-G5-G6 - Teorica. Il preatletismo
16.00/18.00	L'attività generale in palestra cat. G1-G2-G3 - PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
18.00/20.00	L'attività generale in palestra cat. G4-G5-G6 – PRATICA. Esercizi, Circuiti, Progressioni didattiche, Giochi presportivi e sportivi.
	25/11/2025 - ON LINE
18.00/19.00	L'approccio alla disabilità (prima parte)
19.00/21.00	Regolamento Tecnico e Norme attuative nella categoria dei Giovanissimi: Strada - Pista - Fuoristrada
21.00/22.00	Correre in sicurezza per la categoria Giovanissimi
	26/11/2025 - ON LINE
18.00/20.00	L'attività sportiva nel contesto giovanile
20.00/22.00	L'organizzazione dell'attività motoria nel ciclismo giovanile (Strada-Pista-Fuoristrada)
	27/11/2025 - ON LINE
18.00/22.00	Psicopedagogia: La comunicazione efficace tra l'allenatore e il bambino
	29/11/2025 - IN PRESENZA
8.30/10.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 1: PRATICA Preliminari (abbigliamento, mezzo, posizione, comunicazione). Esercizi fondamentali. Tecnica individuale pratica
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
13.30/17.30	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 3+4: PRATICA Abilità specifiche di base: esercizi del gruppo C Esercizi tecnici specifici MTB e BMX

	30/11/2025- IN PRESENZA
8.30/10.30	Tecnica Ciclistica (Strada-Pista-Fuoristrada) - Lezione 5: PRATICA Abilità specifiche di base: Esercizi del gruppo D: circuito e percorsi di abilità e giochi
10.30/12.30	Tecnica Ciclistica Strada-Pista - Lezione 6 (1° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso asfaltato. Circuito tipo GIMCANA. Circuito di esercizi individuali e in gruppo su percorso tipo strada.
13.30/15.30	Tecnica Ciclistica Fuoristrada - Lezione 6 (2° parte): PRATICA Circuiti di esercizi su percorso naturale Circuito tipo XC/CC. Circuito tipo ability-gravity
MODULO - VALUTAZIONE E ESAME (i questionari di esame possono essere somministrati sia in sede di esame finale oppure l'ultimo giorno in aula)	
	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
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

Il Presidente
Stefano Dessi

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