



**Formazione**  
**Comunicato n. 07**  
**Del 30.09.2025**

## **CORSO DI FORMAZIONE PER TECNICO ISTRUTTORE CATEGORIE PROMOZIONALI E GIOVANISSIMI (T12) ONLINE Subiaco**

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

- Il 15 novembre 2025 dalle 11:00 si svolge la Prova di Ammissione in Bicicletta a Subiaco;
- Nei giorni 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27 e 28 novembre 2025 si svolgeranno le lezioni teoriche **ONLINE**;
- Il 22 novembre 2025 sono previste lezioni teoriche e pratiche in palestra;
- Nei giorni 15, 22 e 23 novembre 2025 sono previste le lezioni pratiche da svolgersi con la bicicletta.

### **Il Corso di formazione T12 è così strutturato:**

- Il primo giorno si svolge una prova pratica di ammissione in bicicletta il 15 novembre 2025 dalle ore 11.00 alle ore 12.30. Coloro che risulteranno idonei potranno accedere al corso di formazione nelle successive date sopra indicate.
- La località di svolgimento della prova di ammissione è a Via dei piattari 20 (ex cartiera) Pro Bike Subiaco

### **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](http://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 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27 e 28 novembre 2025 si svolgeranno le lezioni teoriche ONLINE; Il 22 novembre 2025 sono previste lezioni teoriche e pratiche in palestra;

Nei giorni 15, 22 e 23 novembre 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**

- compimento del 18° anno di età;
- 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);
- diploma di scuola media superiore per tutti coloro nati dopo il 1990.
- non avere a proprio carico squalifiche in corso;
- certificato medico per attività sportiva non agonistica;
- versamento della relativa quota di iscrizione\*.

*\* 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.*

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. La presenza sarà rilevata sia attraverso la registrazione automatica da parte della piattaforma che attraverso appelli durante le lezioni da parte del docente. E' obbligatorio tenere accesa la webcam 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 Lazio Banca: B.N.L. - IBAN: **IT78B010050330900000000998** specificando il cognome nome del corsista e la località del corso. La copia di tale versamento dovrà essere inviata a [formazione.lazio@feder ciclismo.it](mailto:formazione.lazio@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 [formazione.lazio@feder ciclismo.it](mailto:formazione.lazio@feder ciclismo.it) entro il **12 novembre 2025 alle ore 19:00** la seguente documentazione: (*leggere nota \*1*)

- **Scheda di iscrizione** (scaricabile da [www.feder ciclismo.it](http://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 Lazio**. - IBAN: **IT78B010050330900000000998** , specificando il cognome 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 2013 ed utilizzando il modello C che si rimette qui sotto in allegato.
- **Copia della Tessera** "Assistente Tecnico (AT1)" o ricevuta del bonifico di 14€ per la copertura assicurativa durante il solo corso di formazione TI2.

**\*1La documentazione richiesta deve essere inviata esclusivamente in file unico in formato PDF. La documentazione inviata in altra modalità non sarà ritenuta valida**

Il Comitato Regionale si riserva di chiudere anticipatamente le iscrizioni, al raggiungimento del numero massimo di 40 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 T12 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/>

Comitato Regionale Lazio  
Coordinatore Regionale Lazio  
Massimo Mazzetta



*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