



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

### MILANO - GIUSSANO

Il Comitato Regionale **Lombardo**, ha programmato un Corso di Formazione che consentirà l'abilitazione a Tecnico Istruttore Categorie Promozionali e Giovanissimi (T12) nei giorni **8-9-15-16-22-23 febbraio 2025**

Il Corso di formazione T12 è così strutturato:

- Il primo giorno si svolge una prova pratica di ammissione in bicicletta l'8 febbraio dalle ore 8:30 **L'indirizzo esatto verrà comunicato in seguito e comunque sicuramente sarà nelle immediate vicinanze di Milano e limitrofi.** 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](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 **8-9-15-23 Febbraio** si svolgeranno le lezioni teoriche in presenza presso **PALAZZO CONI Via Piranesi, 46 MILANO – SALA A.** Vedi programma
- Nei giorni **16-22-23 febbraio** si svolgeranno le attività pratiche sia in bicicletta che in \*palestra. (vedi programma e di seguito l'indirizzo della palestra). **L'indirizzo esatto dove si svolgeranno le altre attività pratiche, verrà comunicato in seguito e comunque sicuramente sarà nelle immediate vicinanze di Milano e limitrofi.** 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 preferibilmente fuoristrada), pulita ed in piena efficienza.

**\*Indirizzo palestra: SCUOLA PRIMARIA CARLO PORTA Via Alessandria 10 GIUSSANO MI**

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*

#### 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 Lombardia organizzatore del corso - Banca: Popolare di Sondrio - IBAN: IT94C0569601627000003240X14, specificando il nome del corsista e la località del corso. La copia di tale versamento dovrà essere inviata a [formazione.lombardia@feder ciclismo.it](mailto:formazione.lombardia@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.lombardia@feder ciclismo.it](mailto:formazione.lombardia@feder ciclismo.it), entro il **4 febbraio 2025** la seguente documentazione:

- **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 Popolare di Sondrio - IBAN: IT94C0569601627000003240X14, 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 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](mailto:scuolatecnici@feder ciclismo.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/>

Comitato Regionale Lombardia

**Corso organizzato in collaborazione con la Scuola dello Sport del CONI Lombardia**



**FCI**  
FEDERAZIONE  
CICLISTICA  
ITALIANA

COMITATO  
REGIONALE  
LOMBARDIA



*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

Comitato Regionale XXXXXX