

---

# Corso di Formazione per Istruttore/Istruttrice SUP Fluviale di Base Area Nord Est – Fiume Brenta Valstagna

---

(II° Livello Libertas)



La FICT, Federazione Italiana Canoa Turistica, organizza il Corso di Formazione per Istruttore/Istruttrice di Base (2° livello Libertas - Specialità Sup Fluviale 2025, che si articola in 2 (due) giornate di corso e 2 (due) giornate di esame.

## • Requisiti

Per partecipare al corso è necessario:

1. essere iscritti/e alla FICT
2. aver compiuto 18 anni all'atto della domanda
3. avere conseguito un brevetto Blsd di rianimazione cardio-polmonare (entro la data dell'esame finale)
4. dimostrare di avere acquisito capacità tecniche di base

## • Iscrizione

Entro e non oltre Lunedì 14 Aprile le persone interessate al Corso di Formazione dovranno compilare il form di domanda Iscrizione al seguente link <https://forms.gle/BLjE5inVA1kMQ78t7> . Nel form oltre ai dati personali si potranno caricare i seguenti documenti:

- curriculum vitae sulle attività di pagaia;
- eventuali brevetti posseduti (Blsd, Rescue, salvamento);
- n° della tessera FICT in corso di validità;
- certificato medico che abilita all'attività sportiva non agonistica.
- Ricevuta versamento iscrizione al corso
- Per lo svolgimento del corso viene richiesto un numero minimo di 5 (cinque) ed un massimo di 15 (quindici) partecipanti

- **Corso**

Il Corso di Formazione si terrà sabato 17 e Domenica 18 Maggio 2025 sul Fiume Brenta - Valstagna

Direttore del corso: Arcangelo Pirovano

Docenti: Marco Prai Istruttore SUP Fluviale e Formatore  
Damiano Tavella Istruttore Kayak Fluviale e Formatore

In caso di eventuale indisponibilità i docenti potranno essere coadiuvati da altri formatori FICT.

- **Esame**

L'esame finale si svolgerà nello stesso luogo nelle giornate Sabato 20 e Domenica 21 Settembre 2025. Per accedere all'esame è necessario essere in possesso del brevetto BLS o BLS-D.

- **Quota di partecipazione**

La quota di partecipazione al Corso di Formazione e all'Esame è fissata in € 250,00 (duecentocinquanta,00) da versarsi entro e non oltre Lunedì 5 Maggio 2025.

Le spese di vitto e alloggio sono a carico del/della partecipante.

Il versamento dovrà essere effettuato;

tramite bonifico bancario indicando le seguenti coordinate:

**IBAN – IT10R0623003231000015128031**

intestato alla Federazione Italiana Canoa Turistica

specificando nella causale: “Corso ed Esame Istruttori/Istruttrici di Base - Specialità Sup Fluviale 2025” ed il nominativo del/della candidato/a.

- **Informazioni generali riguardo al corso**

Si tiene a precisare che i corsi per Istruttore/Istruttrici di Base non sono dei corsi di tecnica, la medesima dovrà già essere acquisita precedentemente dalle persone che aspirano al titolo. Il corso è dedicato a Suppisti abili che desiderano affinare la didattica utile per l'insegnamento della disciplina del Sup Fluviale.

L'Istruttore/Istruttrice di Base FICT (II° livello Libertas) ha competenza sull'avviamento e sull'accompagnamento con il Sup, è in grado di affrontare fiumi di 1 grado con passaggi di 2 grado, sa accompagnare su fiumi di 1 grado, sa assistere un Istruttore Sup Fluviale su fiumi di 1 grado con passaggi di 2 grado. Insegna in sicurezza le manovre di base necessarie per la progressione tecnica e per l'accompagnamento, le operazioni da fare in caso di ribaltamento, recupero della persona e dell'attrezzatura. Il brevetto di Istruttore/Istruttrice di Base è titolo per accedere al corso di Istruttore/Istruttrice di secondo livello. Nel brevetto viene specificata l'abilitazione rilasciata.

Il corso sarà tenuto da Formatori/Formatrici della FICT, strutturato in lezioni teoriche ed esercitazioni pratiche (dettagli nel paragrafo Programma). A conclusione del corso verranno comunicate tramite una scheda di valutazione quali aspetti dei fondamentali della tecnica necessitano di approfondimento e come affinare le proprie attitudini e capacità all'insegnamento.

Il bando con relativo programma saranno anche disponibili sulle pagine del sito FICT, dove nella sezione documenti è pubblicato il [Regolamento dei Tecnici Federali](#) che specifica la sfera di competenza e i requisiti per il mantenimento del brevetto conseguito, di cui si consiglia attenta lettura onde evitare incomprensioni.

Tutte le comunicazioni all'ADC vanno effettuate al:

Segretario dell'Accademia, nella persona di Roberto Seccamani  
[segreteria.accademia.fict@gmail.com](mailto:segreteria.accademia.fict@gmail.com)

## • Programma del corso di formazione per Istruttori di Base

Il corso è articolato in lezioni in aula ed in acqua tendenti a verificare la conoscenza dei fondamentali della tecnica ed a fornire le conoscenze indispensabili per l'insegnamento. I/le candidati/e dovranno presentarsi al corso con acquisita la capacità tecnica di:

- colpi fondamentali in corrente:
- pagaiata avanti, pagaiata circolare, pagaiata di richiamo in débordé, pagaiata laterale normale e opposta, pagaiata avanti con richiamo per la correzione della rotta, appoggio alto e basso
- manovre fondamentali in corrente: entrata in morta, entrata in corrente
- traghetto, appoggio alto e basso
- discesa fluviale di fiume di 1 classe: min 1h
- prova di accompagnamento di un gruppo
- esame a terra o in aula: materiali, meteo, segnali, regole di navigazione
- regole di sicurezza, regole di discesa fluviale

Ad aspiranti istruttori/istruttrici verrà richiesto di studiare ed approfondire l'importanza del corpo, e della pagaia per ognuno dei suddetti fondamentali. Particolare rilievo viene dato alla metodologia didattica per ogni singola manovra.

Durante il corso verranno forniti gli elementi necessari all'insegnamento di una lezione in acqua ferma. Sarà verificato lo stato di conoscenza della tecnica e verranno illustrate le basilari manovre di sicurezza.

## ● Attività in Aula

- Presentazione: corso, esame, struttura della Federazione e figura dell'Istruttore di Base
- Organizzare una lezione e un corso – L'approccio al SUP
- Materiali: SUP, pagaia, abbigliamento tecnico, dotazioni di sicurezza e loro impiego
- Come proporre agli allievi i fondamentali.
- Pericoli dell'attività del Sup
- Preparare gli allievi alla costruzione dell'azione motoria
- Le Fasi dell'apprendimento – La didattica – Il Feed-back – Gli obiettivi.

## ● Attività Online

Saranno programmati in accordo con i partecipanti 2 incontri online su didattica e propedeutica nello sport

- **Attività All'aperto**

- Esercizi e giochi per il riscaldamento e lo stretching
- Posizione base, impugnatura e presa della pagaia
- Trasporto e preparazione del Sup
- Comunicazione/Segnali
- Regole di sicurezza e nozioni di base di navigazione

- **Attività in Acqua: a Nuoto**

- Nozioni di idrodinamica
- Prova di nuoto positivo in corrente: attraversamento di fiume di 1. classe in corrente.

- **Attività in Acqua: in SUP**

Le prove sono da eseguirsi in acque fluviali con abbigliamento completo da fiume.

- prova di autosoccorso con leash: 15"
- pagaia in ginocchio sulla tavola, knee stance e indian stance
- traino con cow tail
- stance
- Gli esercizi per proporre i fondamentali di propulsione, direzione e rotazione
- I giochi per l'equilibrio; la scoperta dei movimenti e dello spazio di lavoro
- Pratica di salvataggi ed esecuzione
- Recupero del materiale e della persona in difficoltà, il traino

## • **Materiale occorrente per il Corso**

- Richiamiamo l'attenzione soprattutto sull'abbigliamento, che deve proteggere adeguatamente dal freddo.
- Tavola da acque mosse (es. 9'6") o tavola all round (es. 10'6")
- Pagaia alluminio NON regolabile per acque fluviali o pagaia alluminio regolabile per tutti i tipi di acque
- coiled leash o corda elastica con attacco con moschettone
- pfd (aiuto al galleggiamento) per acque fluviali, con anello posteriore a sgancio rapido e con fischiello
- casco per sport acquatici
- ginocchiere
- muta intera 5mm
- spray top per sport acquatici
- cuffia in neoprene o cuffia in silicone

Per Informazioni:

[segreteria.accademia.fict@gmail.com](mailto:segreteria.accademia.fict@gmail.com)

[www.canoa.org](http://www.canoa.org)