

EASY WITH US



AE/ Dance

Corso Istruttore Fitness Musicale 2° livello

Diventa un istruttore
qualificato in discipline
musicali e guida con
energia e competenza le
tue lezioni!

Anno 2025



Aerogene Fitness School è una scuola di formazione affiliata A.S.I.,
ente di promozione sportiva riconosciuta dal C.O.N.I.

Perchè Aerogene

*Unisciti a una scuola
che forma veri
professionisti.*

I nostri obiettivi

Aerogene Fitness School è una realtà educativa che da oltre 10 anni forma istruttori in tutta Italia.

Scegliere Aerogene significa avere accesso a una formazione completa e riconosciuta, con diploma e tesserino tecnico conformi alla Riforma dello Sport, validi per lavorare in palestre, centri sportivi e associazioni.



Aerogene Fitness School

Chi siamo?

Aerogene nasce nel 2016.

La nostra missione è formare istruttori preparati, versatili e pronti a lavorare in palestre e centri fitness con competenze solide e aggiornate. Il nostro metodo si basa su un approccio scientifico, pratico e orientato al risultato.

Crediamo in un modello di trainer capace di comunicare in modo innovativo, costruire programmi efficaci e crescere con autonomia, rispondendo in modo concreto alle esigenze dei propri clienti.



Aiutiamo i nostri studenti a creare il loro futuro

In Aerogene crediamo che la preparazione sia tutto. I nostri corsi si basano su principi scientifici (Evidence-Based) e offrono competenze solide e aggiornate, fondamentali per diventare istruttori efficaci, consapevoli e pronti a lavorare sul campo.

Per uno studente, essere preparato è essenziale per un inserimento efficace nel mondo del lavoro come trainer nei centri fitness. I corsi di Aerogene Fitness School offrono contenuti completi e aggiornati, riconosciuti a livello nazionale tramite ASI, Ente di Promozione Sportiva accreditato dal CONI, che ci consente di erogare diplomi conformi all'ultima riforma dello sport.

Con Aerogene, lo studente resterà sempre aggiornato grazie a un contatto diretto e continuo con i docenti, oltre a ricevere regolarmente le ultime novità e aggiornamenti nel settore formativo. Questo supporto costante consente di consolidare le competenze acquisite e di crescere professionalmente, garantendo un'alta qualità nel servizio offerto ai propri clienti.

La nostra Mission



Esperienza sul campo

I nostri corsi sono progettati da professionisti con anni di esperienza pratica, per offrirti una formazione concreta, utile e spendibile subito.



Docenza professionale

Ogni lezione è tenuta da docenti qualificati e appassionati, che sanno unire metodo, chiarezza e motivazione all'insegnamento.



Flessibilità totale

Scegli tu come seguire il corso: in aula oppure in diretta Zoom da casa, senza rinunciare a nulla.



Strumenti innovativi

La piattaforma AE-Learn, il nostro ambiente di studio digitale ricco di videolezioni, materiali interattivi, quiz e aggiornamenti gratuiti per un anno.

Il successo arriva solo quando lo cerchi con tutto te stesso!

Nel mondo del lavoro, e in particolare nel settore del fitness, la determinazione e l'impegno nello studio sono fattori essenziali per raggiungere il successo. Formarsi in modo serio e costante è fondamentale per costruire una solida base di competenze che consentano di distinguersi come professionista. La carriera di un trainer richiede un approfondito bagaglio di conoscenze, aggiornamento continuo e dedizione, elementi che permettono di rispondere efficacemente alle esigenze dei clienti e adattarsi alle novità del settore.

L'impegno nello studio permette di acquisire sicurezza e capacità, migliorando la qualità del servizio offerto e costruendo una reputazione solida e rispettata. Solo con la determinazione e una volontà sincera di crescere si possono ottenere risultati duraturi e soddisfacenti. In Aerogene Fitness School, promuoviamo questo approccio: investire nello studio e nella formazione è il primo passo verso una carriera appagante e di successo.

Caratteristiche del corso

Durata: 1 week end

Lezioni: live

Partecipazione: in presenza

AE-Learn: accessibile per 1 anno

Esame: pratico

Diploma: riconosciuto dal CONI

Pagamento: quota unica o in 3 rate

Sconti: per studenti e tesserati ASI

Gli sconti non sono cumulabili. In caso si rientri in più categorie, si potrà usufruire di un solo sconto tra quelli previsti.

Contenuti del corso

Un programma completo per formarti come istruttore di Fitness Musicale 2° livello

Il corso di AE-DANCE ha come obiettivo quello di far apprendere le metodiche di costruzione coreografica più innovative oggi a disposizione nel panorama della formazione coreografica. Il corso si sviluppa in un week end in cui si alterneranno lezioni di natura teorica e moltissima pratica, seguiti da feed back personali per migliorare le proprie skills ed attitudini alla docenza.

AE-DANCE è un corso di "2° Livello Fitness Musicale" dove l'allievo imparerà a costruire



lezioni ad alto impatto visivo e creativo, senza mai perdere l'obiettivo allenante della classe. Verrà insegnata l'interpretazione musicale e la costruzione di masterclasses con un coefficiente coreografico molto alto, così da poter ambire alla figura di presenter nelle Convention ed eventi promozionali.

**La tua passione
può diventare la
tua professione.
Inizia ora.**

Un weekend immersivo tra teoria, pratica e coreografia

Il weekend formativo del corso AE-DANCE è un viaggio nella didattica coreografica applicata al fitness musicale. Ti fornirà gli strumenti per costruire e condurre lezioni efficaci, grazie a un approccio progressivo che unisce tecnica, musicalità e creatività. Sarai guidato passo dopo passo nella progettazione di una lezione completa, imparando a gestire le diverse fasi: riscaldamento, parte centrale coreografata e defaticamento finale. Ogni fase verrà analizzata per garantirti una visione chiara e professionale.



Particolare attenzione sarà data alla costruzione della coreografia a blocchi, un metodo efficace per mantenere alta l'attenzione del gruppo. Imparerai a scegliere la musica più adatta, a individuare i BPM ideali e a lavorare sul count musicale a 32 tempi, fondamentale per creare sequenze fluide e coerenti. Attraverso esercitazioni pratiche e masterclass guidate, esplorerai diversi stili coreografici e affinerai l'uso del cueing, sia verbale che non verbale. Imparerai anche a modulare l'intensità del movimento, così da rendere ogni lezione adatta a partecipanti di diversi livelli, dai principianti agli avanzati.

Un'esperienza formativa intensa, che fonde teoria, pratica e passione per la danza.

Dettaglio argomenti del corso

Struttura della lezione

- Riscaldamento musicale
- Parte centrale con costruzione coreografica
- Defaticamento e mobilità finale

Coreografia

- Differenze tra freestyle e precoreografato
- Costruzione di una sequenza a blocchi
- Progressione didattica
- Creatività vs funzionalità

Tecnica e comunicazione

- Cueing verbale e non verbale
- Espressività e coinvolgimento
- Uso consapevole dello spazio e del tempo
- Analisi del count musicale e BPM

Teoria

- Elementi base di anatomia e fisiologia
- Prevenzione degli infortuni
- Errori comuni nei movimenti

Strumenti didattici

- Video on-demand su AE-Learn
- Dispense PDF scaricabili
- Esercitazioni pratiche e osservazione guidata



La parte teorica relativa ad **anatomia, fisiologia e biochimica dell'allenamento** sarà disponibile in formato video on-demand sulla piattaforma AE-Learn, permettendo allo studente di studiare in totale autonomia, secondo i propri orari e la propria disponibilità di tempo.

Informazioni Utili

*Date e orari
delle formazioni
direttamente sul
sito Aerogene.it*



Prerequisiti al corso

Potranno accedere a tale corso tutti gli istruttori che hanno già conseguito un diploma di istruttore di 1° livello, anche se di altre scuole formative.



Certificazione rilasciata

Il corso AE-DANCE è riconosciuto da ASI, ente accreditato dal CONI e aderente al Sistema SNaQ. Superato l'esame finale, è possibile richiedere il Diploma e il Tesserino Tecnico Nazionale ASI, validi per esercitare la professione secondo la normativa vigente e la recente Riforma dello Sport.



Esame finale

L'esame consiste in una prova pratica di insegnamento di una sequenza ad alta complessità coreografica che verrà svolta in presenza o registrata dall'allievo e poi inviata al docente.

Il superamento consente il rilascio del Diploma Aerogene e, su richiesta, del Diploma con Tesserino Tecnico ASI, riconosciuto da CONI e conforme al sistema SNaQ.



QUOTE ISCRIZIONE

Iscriviti entro la prima scadenza e risparmi 50 € sul prezzo finale. Diventa istruttore di Fitness Musicale al costo più vantaggioso!

Entro prima scadenza	€ 220
Dopo prima scadenza	€ 270

RATEIZZAZIONE

Iscriviti pagando in 3 comode rate senza costi aggiuntivi, selezionando il metodo Carta di credito – PayPal.

Entro prima scadenza	3 rate x € 74
Dopo prima scadenza	3 rate x € 90

SCONTI

Gli sconti non sono cumulabili. In caso si rientri in più categorie, si potrà usufruire di un solo sconto tra quelli previsti.

Affiliati ASI	10 %
Studenti scienze motorie	20 %
Porta un amico	40 %

FAQ

Modalità di frequenza

Il corso si svolge in 1 weekend per un complessivo di 16 ore di lezioni in presenza. La frequenza in presenza è richiesta perché essendo un corso di alta specializzazione con numerosi feedback, risulterebbe complicato farlo online. Inoltre, il numero massimo di partecipanti è di 7 studenti.

Se sono bocciato all'esame, posso rifarlo?

Con Aerogene, hai la massima flessibilità per affrontare l'esame. Se non lo superi, potrai ripeterlo gratuitamente nelle sessioni dei corsi successivi, senza limiti. Anche se preferisci posticiparlo per sentirti più pronto, non ci saranno costi aggiuntivi.

La certificazione è riconosciuta dall'ultima Riforma dello Sport?

La certificazione che possiamo rilasciare attraverso ASI è pienamente conforme alla riforma dello sport e ti consente di esercitare la professione di Istruttore di Fitness Musicale su tutto il territorio nazionale.



In base alla nuova riforma, per lavorare come Istruttore di Fitness Musicale è necessario possedere una certificazione rilasciata da un Ente di Promozione Sportiva (EPS). Grazie alla nostra formazione, potrai richiedere il certificato EPS riconosciuto da ASI una volta superato l'esame finale.



info@aerogene.it



+39 333 11 72 348

Aerogene Fitness School di Eugenio Maffei
Via Cà Rinaldini 33/B - 35136 - Padova
C.F. MFFGNE72M01L565Q | P.IVA 04923540282
eugenio.maffei@pec.it | Numero REA PD: 428905

WWW.AEROGENE.IT

