



ISTRUTTORE GRAVIDANZA ACQUATICA PROGRAMMA AQEA®

**Domenica 19 Luglio 2026 ore 10.00-16.00
modalità ON LINE con Dr.ssa Manuela Giletto**

Casi specifici ed esigenze particolari in riferimento all'orario di partecipazione possono essere concordati e discussi direttamente con la Dott.ssa Giletto (entrata ed uscita posticipata, altro)

Il programma di formazione Istruttore AQEA® Gravidanza viene strutturato grazie alla sinergia tra professionisti delle Scienze Motorie, del mondo dell'Ostetricia e Ginecologia e da Tecnici del mondo sportivo.

Esso garantisce agli Istruttori che vi si avvicinano un Metodo valido ed articolato in grado di fornire, ad ogni partecipante, uno strumento didattico unico e comprovato da oltre un trentennio.

Il Corso sarà tenuto personalmente dalla Dott.ssa Manuela Alba Giletto, ideatrice negli anni '90 del PERCORSO NASCITA IN ACQUA, il quale mira a fornire linee guida di Educazione Acquatica per la Gravidanza, il Nuoto Baby e i bambini nell'età della Scuola dell'Infanzia.

La formazione che comprende il Metodo Giletto è stata erogata da lei da oltre un trentennio in ambiti sportivi, accademici e universitari, ed è anche stata avallata dal MIUR Ministero dell'Istruzione Università e Ricerca nel 2012.

Conseguendo questo Attestato ogni Istruttore potrà acquisire competenze di altissimo livello e sarà poi in grado di condurre in acqua la Gestante, per tutto il periodo della Gravidanza, così da consentirle una profonda consapevolezza verso la nascita ed una migliore preparazione psico-fisica per il parto. Verranno esaminate oltre 200 slide con esercizi, foto, video. La parte pratica è facoltativa, in quanto ogni partecipante saprà condurre i Corsi con le Gestanti anche senza aver provato direttamente in acqua (come invece è obbligatorio con i neonati).

Ai partecipanti verranno forniti infatti tutti gli strumenti didattici ed organizzativi per la gestione autonoma dei Corsi di Gravidanza Acquatica.

Il Metodo AQEA® nel percorso Gravidanza prevede esercizi mirati e differenziati per tutto il periodo della Gestazione, dal terzo mese in poi ed include anche la manovra

acquatica AQEA® ideata dalla Dott.ssa Giletto per far girare il bambino anche a pochi giorni prima del parto, se dovesse essere podalico.

A CHI SI RIVOLGE QUESTO CORSO

Il Corso è rivolto alle Ostetriche, ai Dottori in Scienze Motorie, ai Fisioterapisti, ai Diplomatici I.S.E.F., agli Istruttori di Nuoto, agli Operatori del Percorso Nascita, a chi ha deciso di dedicarsi alle attività per le Gestanti.

Questo Corso ha lo scopo di creare professionisti di spessore, già molto ricercati, anche attraverso i nostri canali, soprattutto in:

- Centri Fitness e Spa
- Piscine e Centri Sportivi
- Istituti e Case di Cura private
- A domicilio (Personal Trainer della Gravidanza)

DURATA DEL CORSO

Il Corso è stato appositamente studiato per svolgersi in un'unica giornata teorica ed è articolato in 2 sezioni distinte di Formazione a Distanza (FAD). Non necessita di parte pratica, in quanto verranno dimostrate a video tutte le esercitazioni da fare e lo schema da seguire con le Gestanti. Per chi volesse comunque svolgere tirocinio pratico facoltativo, potrà rivolgersi direttamente alla Dott.ssa Giletto ed accordarsi con lei.

CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE

Il contributo da corrispondere per la partecipazione al corso è di **Euro 300** ed è comprensivo dell'Attestato di Formazione Completa certificata di **Istruttore di Ginnastica in acqua per la Gravidanza Metodo Giletto AQEA®** ed è valido sempre, con aggiornamento online ogni 5 anni (consigliato).

REQUISITI MINIMI DI AMMISSIONE AL CORSO

I requisiti minimi richiesti per partecipare al corso sono:

- Maggiore età;
- Attitudine al lavoro nel settore acquatico
- Predisposizione alla gestione di gruppi e al settore materno infantile

MODALITA' DI PRESENTAZIONE DELLA DOMANDA DI PREISCRIZIONE

I candidati potranno iscriversi compilando la sottoindicata pre-iscrizione inviando tutti i dati richiesti via Email: **manuela-giletto@libero.it** oppure in chat al 3402212287

In seguito all'accettazione della preiscrizione verranno forniti dettagli per il versamento che rappresenterà iscrizione effettiva con precedenza di partecipazione. Il Corso è a numero chiuso per un massimo di 15 presenze.

SCHEDA DI PRE ISCRIZIONE:

CORSO ISTRUTTORE GRAVIDANZA ACQUATICA PROGRAMMA AQEA®

Cognome e nome:

E-m@il.....

Tel.Cell.....

Indirizzo residenza:.....

ATTESTATO:

Tutti i nostri Corsi sono di altissimo livello e **sono riconosciuti dal C.O.N.I.** tramite riconversione e commuta, come richiesto dalle nuove direttive sportive, grazie ad ASC Attività Sportive Confederate, Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal C.O.N.I. con cui la Dott.ssa Giletto collabora.

Al termine del Corso i partecipanti riceveranno un Attestato di formazione completa che accerterà la qualifica di **Istruttore di Ginnastica in acqua per la Gravidanza Metodo Giletto AQEA®**

AQEA® identifica la Scuola della Dott.ssa Giletto (Attività Qualificate in Educazione Acquatica®): il suo metodo scientifico risale al 1990 ed è certificato in Italia e in Europa anche a livello Accademico (Università e Ricerca Sperimentale), per l'insegnamento del Nuoto Baby® da zero a tre anni e per tutte le attività del Percorso Nascita. Tutta la letteratura di riferimento è depositata in molti ambiti Universitari, ove si svolgono costantemente, da oltre 35 anni Tesi di sperimentazioni e ricerche scientifiche a riguardo.

Questo servizio innovativo di formazione metodologico scientifica è anche un Marchio di Proprietà Intellettuale riconosciuto dal Ministero ed è coperto da Copyright.

Altri casi specifici relativi alla commuta o alla integrazione di qualifiche precedentemente certificate da altre Scuole, verranno valutati singolarmente.

PROGRAMMA DEL CORSO:

I sezione:

Presentazione del Corso e del "Percorso Nascita"

Fisiologia della Gravidanza, modificazioni muscolo-scheletriche e difficoltà ipotetiche durante i 9 mesi

Cenni di Igiene e Prevenzione inerenti all'attività in acqua con le Gestanti: cosa evitare assolutamente

I benefici generali e specifici dell'attività durante la Gestazione

Il legame con l'acqua durante la vita fetale

La continuità della vita prima e dopo la nascita

Il feto e le sue percezioni: il rapporto con il liquido amniotico

La diade madre/nascituro, prima della nascita

La figura paterna

Dalla coppia amorosa a quella genitoriale

“Women Reset”: un programma innovativo a servizio della gestante

La figura dell'Istruttore, dell'Ostetrica e degli esperti coinvolti

L'attività in acqua, per un travaglio più sereno e consapevole: il controllo del respiro, l'allenamento dei muscoli del perineo, la rieducazione acquatica del pavimento pelvico

II sezione:

La correzione in acqua di posture scorrette e tutti gli esercizi antalgici di scarico: propriocettività e decompensazione

Esercizi acquatici per la colonna vertebrale, cervicale, toracica e lombare e defaticanti per le gambe

Esercizi di rilassamento e training autogeno in acqua

La metodologia pratica A.Q.E.A. nel PER-corso Gravi-DANZA

La lezione, le sue tre fasi didattiche e i suoi contenuti

Analisi didattica di oltre 170 esercizi a video, in riferimento ad ognuna delle fasi del metodo.

Riflessioni, domande, problem solving, modalità di avvio dei Corsi in Piscina o in privato.