

## CALENDARIO ATTIVITA' FORMATIVA

**Titolo Corso:** **ISTRUTTORE CICLOTURISTICO E MOUNTAIN BIKE**

### Corso abilitante

**Soggetto Erogatore: Studio Aschei e Associati**

**Sede svolgimento corso: FAD e in aula**

Il presente calendario è da considerarsi provvisorio e potrebbe subire variazioni.

#### Fase Formativa

Data	Orario	Materia	Ore	TOT. PROGRESSIVO	Fad Presenza	Modulo
Lunedì 29/09/2025	19.30-22.30	-Introduzione al corso, conoscenza allievi, preparazione alla formazione. -Ruoli e competenze dell'istruttore cicloturistico	3	3	F	1
Mercoledì 01/10/2025	19.30-22.30	-Ruoli e competenze dell'istruttore cicloturistico -Introduzione modulo 2	3	6	F	1 2
Giovedì 02/10/2025	20.00-22.00	Tecniche di accompagnamento escursionistico (teoria)	2	8	F	2
Sabato 04/10/2025	09.00-11.00 11.00-17.00	Introduzione al modulo 3 Visite in ambienti di pianura-acquatici-collinari e montani tipici dell'eterogeneità del territorio ligure	8	16	U	3
Lunedì 06/10/2025	20.00-22.00	La comunicazione con le agenzie di viaggio e tour operator (teoria)	2	18	F	2
Mercoledì 08/10/2025	20.00-22.00	Elementi di scienza e legislazione ambientale	2	20	F	1
Giovedì 09/10/2025	20.00-22.00	Elementi di educazione ambientale	2	22	F	1
Sabato 11/10/2025	09.00-13.00 14.00-18.00	-Tecniche di accompagnamento escursionistico (pratica) - La comunicazione con le agenzie di viaggio e tour operator (pratica) - Tecniche di gestione delle dinamiche di gruppo (teoria) - Tecniche di Trail Building (teoria)	8	30	P	2
Domenica 12/10/2025	09.00-13.00 14.00-16.00	- Tecniche di gestione delle dinamiche di gruppo (pratica) - Tecniche di Trail Building (pratica) -Conclusione modulo 2	6	36	P	2
Lunedì 13/10/2025	19.30-22.30	Normativa in materia turistica + test metà modulo	3	39	F	1
Mercoledì 15/10/2025	20.00-22.00	Elementi di botanica	2	41	F	1
Giovedì 16/10/2025	20.00-22.00	Elementi di ecologia	2	43	F	1
Sabato 18/10/2025	09.00-16.00	Visite in ambienti di pianura-acquatici-collinari e montani tipici dell'eterogeneità del territorio ligure	7	50	U	3
Lunedì 20/10/2025	20.00-22.00	Elementi di geologia	2	52	F	1
Mercoledì 22/10/2025	19.30-22.30	Elementi di meteorologia + test fine modulo	3	55	F	1
Sabato 25/10/2025	09.00-11.00 11.00-16.00	Introduzione modulo 4 Visite in ambienti di pianura, acquatici, collinari e montani tipici dell'eterogeneità del territorio ligure	8	63	U	4
Domenica 26/10/2025	09.00-16.00	Visite in ambienti di pianura, acquatici, collinari e montani tipici dell'eterogeneità del territorio ligure	6	69	U	4

Lunedì 27/10/2025	20.00-22.00	Eco-ambiente, etnologia, storia e tradizioni con riferimento alla sostenibilità	2	71	F	3
Mercoledì 29/10/2025	19.30-22.30	La storia e le tradizioni del territorio ligure e riferimenti alla sostenibilità ambientale	3	74	F	3
Giovedì 30/10/2025	20.00-22.00	In bici nelle aree protette, nei parchi, nelle riserve, sentieri in pianura e montagna. Normative	2	76	F	3
Lunedì 03/11/2025	19.30-22.30	Elementi di storia e cultura del territorio. Il road book delle principali piste off-road	3	79	F	3
Mercoledì 05/11/2025	19.30-22.30	I tracciati, le tappe, i waypoint panoramici, aree attrezzate, punti d'interesse paesaggistico, storico culturale, artistico e delle tradizioni locali	3	82	F	3
Giovedì 06/11/2025	19.30-22.30	Offerta turistica locale, le App per i percorsi outdoor	3	85	F	3
Sabato 08/11/2025	09.00-13.00 14.00-18.00	- Itinerari-sentieri e Alta Via dei Monti Liguri, Sentiero ----Liguria e Via Francigena -Elementi paesaggistici della Liguria	8	93	P	3
Domenica 09/11/2025	09.00-15.00	- Elementi paesaggistici della Liguria -Conclusioni modulo 3	6	99	P	3
Lunedì 10/11/2025	19.30-22.30	Modalità di ideazione di escursioni cicloturistiche per tipologie diversificate di utenze	3	102	F	4
Mercoledì 12/11/2025	19.30-22.30	Tecniche di progettazione di itinerari turistici	3	105	F	4
Giovedì 13/11/2025	19.30-22.30	Tecniche di ricerca dati, informazioni, notizie	3	108	F	4
Sabato 15/11/2025	09.00-11.00 11.00-16.00	Introduzione al modulo 5 I canali di comunicazione per promuovere la pratica cicloturistica	7	115	P	5
Domenica 16/11/2025	09.00-13.00 14.00-16.00	Tecniche ciclistiche adeguate al contesto, calcolo percorsi, considerando lunghezze, dislivelli, altitudini e morfologia del terreno	6	121	P	5
Lunedì 17/11/2025	19.30-22.30	Utilizzo dei dispositivi per mappare e georeferenziare itinerari, anche in notturna	3	124	F	4
Mercoledì 19/11/2025	19.30-22.30	Criteri di valutazione degli aspetti logistici e organizzativi	3	127	F	4
Giovedì 20/11/2025	19.30-22.30	Procedure per la manutenzione ordinaria delle biciclette	3	130	F	4
Sabato 22/11/2025	09.00-17.00	Conclusioni modulo 4 Visite in ambienti di pianura, acquatici, collinari e montani tipici dell'eterogeneità del territorio ligure	8	138	U	4
Lunedì 24/11/2025	19.30-22.30	Tecniche di accompagnamento ciclo-escursionistico	3	141	F	5
Mercoledì 25/11/2025	19.30-22.30	Strumenti di orientamento (GPS, radio trasmittente, bussola, ecc.), uso obbligatorio del geolocalizzatore	3	144	F	5
Giovedì 26/11/2025	19.30-22.30	Organizzare operativamente un itinerario di ciclismo fuoristrada	3	147	F	5
Sabato 28/11/2025	09.00-17.00	Pratica modulo 5	8	155	E	5
Domenica 29/11/2025	09.00-11.00 11.00-15.00	Introduzione modulo 6 Riparazioni in emergenza	6	161	E	6
Lunedì 30/11/2025	19.30-22.30	La scelta della bici: peculiarità e caratteristiche tecniche in relazione ai diversi tipi di terreno	3	164	F	5
Mercoledì 02/12/2025	20.00-22.00	Nozioni di codice della strada	2	166	F	6
Giovedì 03/12/2025	19.30-22.30	Nozioni di codice della strada	3	169	F	6
Sabato 05/12/2025	09.00-17.00	Pratica modulo 5	8	177	E	5
Domenica 06/12/2025	09.00-17.00	Pratica modulo 5	8	185	E	5
Lunedì 07/12/2025	19.30-22.30	Bimbi in viaggio: cosa prevede la legge, cosa e come fare; normativa per la tutela e integrità (0-8 anni)	3	188	F	6
Mercoledì 09/12/2025	19.30-22.30	Educazione alimentare e idratazione	3	191	F	6
Giovedì 10/12/2025	20.00-22.00	Educazione alimentare e idratazione	2	193	F	6
Sabato 12/12/2025	09.00-17.00	Pratica modulo 5	8	201	E	5
Domenica 13/12/2025	09.00-17.00	Pratica modulo 5	8	209	E	5
Pausa attività didattiche						
Sabato 10/01/2026	09.00-14.00	Pratica modulo 5	5	214	E	5

Domenica 11/01/2026	09.00-14.00	Pratica modulo 5 e conclusioni modulo 5	5	219	E	5
Sabato 17/01/2026	09.00-17.00	Attrezzatura base per il cicloturismo, abbigliamento ed equipaggiamento in base alla stagione Pratica modulo 6	8	227	E	6
Domenica 18/01/2026	09.00-17.00	Pratica modulo 6	6	233	E	6
Sabato 24/01/2026	09.00-13.00 14.00-18.00	-Introduzione modulo 7 -La nuova legge sulla tutela sanitaria, il nuovo certificato medico -Utilizzare il kit di primo soccorso in ambiente montano -Applicare procedure di primo soccorso in ambiente montano	8	241	P	7
Domenica 25/01/2026	09.00-15.00	Pratica modulo 7	6	247	U	7
Sabato 31/01/2026	09.00-17.00	Pratica modulo 6	7	254	E	6
Domenica 01/02/2026	09.00-15.00	Pratica modulo 7 e conclusioni modulo 7	6	260	U	7
Sabato 07/02/2026	09.00-17.00	Pratica modulo 6	6	266	E	6
Domenica 08/02/2026	09.00-15.00	Il ruolo dell'istruttore nei gruppi misti con anziani, minori, famiglie; cenni sulle zone anatomiche coinvolte nella pratica del cicloturismo; preparazione fisica e atletica indoor; studio delle posture più idonee alle varie andature	8	274	P	6
Sabato 14/02/2026	09.00-15.00	Pratica modulo 6	6	280	E	6
Domenica 15/02/2026	09.00-15.00	Pratica modulo 6	6	286	E	6
Sabato 21/02/2026	09.00-15.00	Pratica modulo 6	6	292	E	6
Domenica 22/02/2026	09.00-15.00	Pratica modulo 6 e conclusioni modulo 6	8	300	E	6