



Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband
Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé
Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute

REGOLAMENTO D'ESAME

per

l'esame federale di professione di Istruttore/Istruttrice di fitness

del 1° gennaio 2012

Visto l'articolo 28 capoverso 2 della legge federale del 13 dicembre 2002 sulla formazione professionale, l'organo responsabile di cui al punto 1.2 emana il seguente regolamento d'esame:

1 DISPOSIZIONI GENERALI

1.1 Scopo dell'esame

L'esame professionale è volto a verificare l'effettiva conoscenza e capacità dei candidati a

- a) Assistere con competenza e autonomamente i clienti nel settore fitness;
- b) Consigliare i singoli clienti negli obiettivi di salute pertinenti, secondo lo standard generale delle conoscenze e in base alle possibilità infrastrutturali, e tenendo conto delle condizioni fisiche dei clienti stessi;
- c) Preparare un programma di allenamento corretto dal punto di vista fisiologico, saper istruire i clienti in proposito e controllare l'esecuzione di detto programma;
- d) Spiegare teoricamente i fattori basilari dell'allenamento fisico, potenza, mobilità, resistenza e coordinazione, e mostrare i metodi per la loro ottimizzazione nella pratica;
- e) Comprendere le connessioni organizzative in una azienda fitness;
- f) Essere in grado di occuparsi autonomamente dei singoli settori di un'azienda fitness, in modo particolare nel ramo vendita;
- g) Dare correttamente consulenza e istruzioni, secondo i principi metodici e didattici pertinenti

1.2 Organo responsabile

1.21 L'organo responsabile è costituito dalla seguente o dalle seguenti organizzazioni del mondo del lavoro:

Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute FSCF

1.22 L'organo responsabile è competente per tutta la Svizzera.

2 ORGANIZZAZIONE

2.1 Composizione della commissione d'esame

2.11 Tutti i compiti relativi al rilascio dell'attestato professionale sono assunti da una commissione d'esame composta di 6 membri, nominata dal Consiglio direttivo della FSCF per un periodo di 3 anni.

2.12 La commissione d'esame si autocostruisce. Essa è in grado di deliberare alla presenza della maggioranza dei membri. Le deliberazioni richiedono la maggioranza dei membri presenti. In caso di parità, è il/la presidente a decidere.

2.2 Compiti della commissione d'esame

2.21 La commissione d'esame:

- a) emana le direttive inerenti al regolamento d'esame e le aggiorna periodicamente;
- b) fissa le tasse d'esame;
- c) fissa la data e il luogo d'esame;
- d) definisce il programma d'esame;
- e) predispone la preparazione dei compiti d'esame e cura lo svolgimento dell'esame stesso;
- f) nomina i periti, li forma per le loro funzioni e li impiega;
- g) decide l'ammissione all'esame, come pure l'eventuale esclusione dallo stesso;
- h) decide il conferimento dell'attestato professionale;
- i) tratta le domande e i ricorsi;
- j) si occupa della contabilità e della corrispondenza;
- k) decide il riconoscimento e il computo di altri titoli o prestazioni;
- l) rende conto della sua attività alle istanze superiori e all'Ufficio federale della formazione professionale e della tecnologia;
- m) provvede allo sviluppo e alla garanzia della qualità in particolare all'aggiornamento regolare del profilo di qualificazione in conformità alle esigenze del mercato del lavoro.

2.22 La commissione d'esame può delegare compiti amministrativi e di gestione alla segreteria della FSCF.

2.3 Notifica al pubblico / Vigilanza

2.31 L'esame ha luogo sotto la vigilanza della Confederazione. Non è pubblico. In casi particolari, la commissione d'esame può concedere delle deroghe.

2.32 L'UFFT riceve tempestivamente l'invito all'esame e la documentazione degli atti d'esame.

3 PUBBLICAZIONE, ISCRIZIONE, AMMISSIONE, SPESE

3.1 Pubblicazione

3.11 L'esame è pubblicato almeno 5 mesi prima del suo inizio nelle tre lingue ufficiali.

3.12 La pubblicazione deve almeno indicare:

- le date degli esami;
- la tassa d'esame;
- il recapito per l'iscrizione;
- il termine d'iscrizione;
- le modalità di svolgimento dell'esame.

3.2 Iscrizione

All'iscrizione devono essere allegati:

- a) un riepilogo della formazione assoluta e della pratica professionale svolta;
- b) le copie dei titoli e dei certificati di lavoro richiesti per essere ammessi all'esame;
- c) l'indicazione della lingua in cui si vuole essere esaminati;
- d) la copia di un documento di identità con fotografia.

3.3 Ammissione

3.31 All'esame è ammesso chi:

- a) è in possesso di un attestato federale di capacità, un attestato di scuola secondaria o di un titolo equivalente e

ha un'esperienza pratica di almeno due anni come istruttore fitness con almeno 38 ore lavorative settimanali
o
ha svolto un totale di almeno 3.500 ore di pratica per un periodo compreso tra un minimo di 2 anni e un massimo di 5 anni
- b) ha sostenuto un esame di livello terziario in una professione collegata a quella di Istruttore fitness e

ha un'esperienza pratica di almeno un anno come istruttore fitness con almeno 38 ore lavorative settimanali
o
ha svolto 3 anni di esperienza pratica per almeno 1.750 ore
- c) ha un'esperienza pratica di almeno quattro anni come istruttore fitness, con almeno 38 ore lavorative settimanali
e
- d) è in possesso di un certificato RCP-BLS valido (il corso non deve essere stato svolto più di due anni prima).

La pratica professionale necessaria deve essere comprovata entro la fine del secondo mese dal giorno di inizio dell'esame. È fatta riserva del pagamento della tassa d'esame entro i termini fissati al punto 3.41.

3.32 L'UFFT decide l'equipollenza dei certificati e dei diplomi conseguiti all'estero.

3.33 La decisione in merito all'ammissione all'esame è comunicata al candidato per iscritto almeno tre mesi prima dell'inizio dell'esame. Ogni decisione negativa deve

indicare la motivazione e i rimedi giuridici.

3.4 Spese

- 3.41 Il candidato versa la tassa d'esame previa conferma della sua ammissione. La stesura dell'attestato professionale, l'iscrizione del nominativo del titolare nel registro dei titolari di attestato professionale e l'eventuale contributo per le spese di materiale sono soggetti a una tassa separata a carico dei candidati.
- 3.42 A chi, conformemente al punto 4.2, si ritirano nei termini prescritti o devono ritirarsi dall'esame per motivi validi, sarà rimborsato l'importo pagato, dedotte le spese occorse.
- 3.43 Chi non supera gli esami non ha diritto ad alcun rimborso.
- 3.44 La tassa d'esame per i candidati ripetenti è fissata dalla commissione d'esame, di caso in caso, tenendo conto delle parti d'esame da ripetere.
- 3.45 Le spese di viaggio, vitto, alloggio e assicurazione durante gli esami sono a carico dei candidati.

4 SVOLGIMENTO DELL'ESAME

4.1 Convocazione

- 4.11 L'esame ha luogo se, dopo la pubblicazione, almeno 12 candidati adempiono alle condizioni di ammissione all'esame.
- 4.12 Le persone candidate hanno diritto ad essere esaminate in una delle tre lingue ufficiali italiano, francese o tedesco.
- 4.13 Le persone candidate sono convocate almeno 4 settimane prima dell'inizio dell'esame. La convocazione contiene:
- a) il programma d'esame con l'indicazione precisa del luogo, della data e dell'ora dell'esame, come pure degli ausili che il candidato è autorizzato ad usare e a portare con sé;
 - b) l'elenco dei periti.
- 4.14 Le richieste di ricusa dei periti devono essere presentate alla commissione d'esame al più tardi 14 giorni prima dell'inizio degli esami, debitamente motivate. La commissione d'esame adotta le disposizioni necessarie.

4.2 Ritiro

- 4.21 I candidati possono ritirare la propria iscrizione entro 8 settimane dall'inizio dell'esame.
- 4.22 Passato questo termine, il ritiro deve essere giustificato per motivi validi.

Sono considerati motivi validi:

- a) maternità;
 - b) malattia e infortunio;
 - c) lutto nella cerchia ristretta;
 - d) servizio militare, civile o di protezione civile imprevisto.
- 4.23 Il candidato deve immediatamente notificare per iscritto alla commissione d'esame i

motivi del suo ritiro e giustificarli.

4.3 Mancata ammissione ed esclusione

- 4.31 I candidati che, in relazione alle condizioni di ammissione, danno scientemente indicazioni false o cercano in altri modi di ingannare la commissione d'esame, non sono ammessi all'esame.
- 4.32 È escluso dall'esame chi:
- a) utilizza ausili non autorizzati;
 - b) infrange in modo grave la disciplina dell'esame;
 - c) tenta di ingannare i periti.
- 4.33 L'esclusione dall'esame deve essere decisa dalla commissione d'esame. Il candidato ha il diritto di dare l'esame con riserva fino al momento in cui la commissione d'esame non ha preso la sua decisione.

4.4 Sorveglianza degli esami, periti

- 4.41 L'esecuzione dei lavori d'esame scritti e pratici è sorvegliata da almeno una persona competente, la quale annota le proprie osservazioni.
- 4.42 La valutazione dei lavori d'esame scritti e pratici è effettuata da almeno due periti che determinano la nota di comune accordo.
- 4.43 Almeno due periti presenziano agli esami orali, prendono nota sul colloquio d'esame così come dello svolgimento generale, valutano le prestazioni e determinano la nota di comune accordo.
- 4.44 I periti sono ricusati se sono parenti, se sono o sono stati superiori, collaboratori o colleghi del candidato, oppure suoi docenti dei corsi di preparazione.

4.5 Riunione conclusiva per l'attribuzione delle note

- 4.51 In una riunione indetta al termine dell'esame, la commissione d'esame decide in merito al superamento dello stesso. La persona in rappresentanza dell'UFFT è invitata per tempo alla suddetta riunione.
- 4.52 I parenti, coloro che sono o sono stati superiori, collaboratori o colleghi del candidato, così come i suoi docenti dei corsi di preparazione devono essere ricusati al momento della decisione del conferimento dell'attestato professionale.

5 ESAME

5.1 Parti dell'esame

5.11 L'esame è costituito dalle seguenti parti e dura:

N. Parte	Parte d'esame	Genere d'esame	Durata	Ponderazione
1	Nozioni tecniche	Scritto Orale	3,0 h 0,5 h	Doppia
2	Tecnica commerciale	Scritto	2,0 h	Singola
3	Studio di un caso	Scritto Pratico	2,0 h 1,0 h	Doppia
4	Allenamento	Scritto Orale	3,0 h 0,5 h	Doppia
5	Offerte supplementari	Scritto	1,0 h	Singola
6	Vendita / Assistenza	Scritto Orale	3,0 h 0,5 h	Doppia
	Totale		16,5 h	

5.12 Ogni parte d'esame può essere suddivisa in voci. La commissione d'esame definisce questa suddivisione.

5.2 Esigenze d'esame

5.21 Le disposizioni dettagliate sull'esame finale sono specificate nelle direttive inerenti al regolamento d'esame di cui al punto 2.21 lett. a.

5.22 La commissione d'esame decide l'equivalenza di parti d'esame o moduli di altri esami di livello terziario già conclusi e l'eventuale dispensa dall'esame nelle corrispondenti parti previste dal presente regolamento.

5.23 I candidati che abbiano superato un esame di livello terziario in una professione affine a quella di istruttore di fitness possono essere dispensati dalle parti relative all'allenamento e/o alle nozioni tecniche, a patto che in tali materie abbiano ottenuto una nota di almeno 4 (la relativa documentazione ufficiale deve essere allegata all'iscrizione).

6 VALUTAZIONE E NOTE

6.1 Disposizioni generali

6.11 *Valutazioni con nota:* la valutazione dell'esame e delle singole parti d'esame viene espressa in note. Si applicano le disposizioni di cui ai punti 6.2 e 6.3 del regolamento.

6.2 Valutazione

6.21 Le note delle voci sono espresse con punti interi o mezzi punti, conformemente al punto 6.3.

6.22 La nota di una parte d'esame è determinata dalla media delle note di tutte le voci in cui si suddivide. Essa è arrotondata a un decimale. Se il metodo di valutazione non

contempla note di voci, la nota della parte d'esame conseguita direttamente viene impartita conformemente al punto 6.3.

6.23 La nota complessiva è data dalla media (ponderata) delle note delle singole parti d'esame. Essa è arrotondata a un decimale.

6.3 Valore delle note

Le prestazioni sono valutate con note da 6 a 1. Il 4 e le note superiori designano prestazioni sufficienti. Non sono ammesse note intermedie diverse dai mezzi punti.

6.4 Condizioni per il superamento dell'esame e per il rilascio dell'attestato professionale

6.41 L'esame è superato se:

- a) la nota complessiva non è inferiore a 4,0;
- b) in totale non più di due parti d'esame vanno al di sotto del valore 4,0
- c) nessuna parte d'esame va al di sotto del valore 3,0.

6.42 L'esame non è superato se il candidato:

- a) non si ritira entro il termine previsto;
- b) non si presenta pur non avendo motivi validi;
- c) si ritira dopo l'inizio pur non avendo motivi validi;
- d) deve essere escluso dall'esame.

6.43 La commissione d'esame si basa esclusivamente sulle prestazioni fornite durante l'esame per decidere circa il superamento di quest'ultimo. Chi supera l'esame ottiene l'attestato professionale federale.

6.44 La commissione d'esame rilascia a ogni candidato un certificato d'esame, dal quale risultano almeno:

- a) le note o la valutazione delle singole parti d'esame e la nota complessiva o la valutazione complessiva dell'esame;
- b) il superamento o meno dell'esame;
- c) l'indicazione dei rimedi giuridici nel caso in cui l'attestato professionale non venga rilasciato.

6.5 Ripetizione

6.51 Chi non ha superato l'esame può ripeterlo due volte.

6.52 La ripetizione si limita solo alle parti d'esame nelle quali è stata fornita una prestazione insufficiente.

6.53 Per la ripetizione si applicano le stesse condizioni d'iscrizione e d'ammissione valide per il primo esame.

7 ATTESTATO PROFESSIONALE, TITOLO E PROCEDURA

7.1 Titolo e pubblicazione

7.11 L'attestato professionale federale è rilasciato su mandato della commissione d'esame dall'UFFT e porta le firme del direttore dell'UFFT e del presidente della commissione d'esame.

- 7.12 I titolari dell'attestato professionale sono autorizzati a portare il seguente titolo protetto:
- **Fitnessinstruktorin/Instruktor mit eidgenössischem Fachausweis**
 - **Instructrice/Instructeur de fitness avec brevet fédéral**
 - **Istruttrice/Istruttore di fitness con attestato professionale federale**
- Quale traduzione del titolo in lingua inglese è consigliata la formula: Fitnessinstructor with Federal Diploma of Professional Education and Training.
- 7.13 I nominativi dei titolari di attestato professionale sono iscritti in un registro tenuto dall'UFFT.

7.2 Ritiro dell'attestato professionale

- 7.21 L'UFFT può ritirare un attestato professionale conseguito illegalmente; sono riservate eventuali procedure penali.
- 7.22 Contro la decisione dell'UFFT può essere interposto ricorso dinanzi al Tribunale amministrativo federale entro 30 giorni dalla sua notifica.

7.3 Rimedi giuridici

- 7.31 Contro le decisioni della commissione d'esame relative all'esclusione dall'esame o al rifiuto di rilasciare l'attestato professionale può essere inoltrato ricorso presso l'UFFT, entro 30 giorni dalla notificazione. Il ricorso deve contenere le richieste del ricorrente e le relative motivazioni.
- 7.32 In prima istanza, la decisione sui ricorsi spetta all'UFFT. Essa Contro la sua decisione può essere interposto ricorso dinanzi al Tribunale amministrativo federale entro 30 giorni dalla sua notifica.

8 COPERTURA DELLE SPESE D'ESAME

- 8.1 La FSCF fissa su proposta della commissione d'esame le vacanze secondo le quali vengono remunerati i membri della commissione d'esame e i periti.
- 8.2 La FSCF si fa carico delle spese d'esame, nella misura in cui non siano coperte dalle tasse d'esame, dal contributo della Confederazione e da altre fonti.
- 8.3 Al termine dell'esame la commissione d'esame invia all'UFFT, conformemente alle sue direttive, un dettagliato conto economico. Su questa base l'UFFT fissa il contributo federale per lo svolgimento dell'esame.

9 DISPOSIZIONI FINALI

9.1 Abrogazione del diritto vigente

Il regolamento del 7 marzo 2005 concernente l'esame di professione di istruttori fitness è abrogato.

9.2 Disposizioni transitorie

9.21 Il primo esame in base al presente regolamento avrà luogo nel 2012.

9.22 I ripetenti in base al regolamento previgente del 25 giugno 1997 hanno la possibilità di ripetere l'esame una prima e/o una seconda volta fino al [REDACTED] .

9.3 Entrata in vigore

Il presente regolamento entra in vigore previa approvazione dell'UFFT.

10 EMISSIONE E APPROVAZIONE

Berna, 1° gennaio 2012

FEDERAZIONE SVIZZERA DEI CENTRI FITNESS E DI SALUTE

Irene Berger, Presidente della commissione d'esame

Il presente regolamento è approvato.

Berna,

UFFICIO FEDERALE DELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE E DELLA
TECNOLOGIA
Il Direttore:

Prof.ssa Dott.ssa Ursula Renold