

WORKSHOP DE AQUAPILATES (Madrid, 2010)

SOLICITUD DE INSCRIPCION

NOMBRE Y APELLIDOS

DOMICILIO N° PISO

POBLACION C. POSTAL

PROVINCIA TELFNO: /

TITULACION:

DNI: Fecha Nacimiento: ___/___/___

E-mail:

FORMA DE PAGO: Cheque a R.F.E.N.
 Giro Postal (enviar resguardo)
 Transferencia a 2100.4173.10.2200097930

ENVIAR A LA E.N.E. **ANTES** del 30 de abril)

✂-----
Para realizar la matrícula, se deberá enviar el boletín de inscripción a la E.N.E. debidamente cumplimentado, junto con el comprobante de pago, **ANTES del 30 de abril (15.00 hrs.)** como fecha máxima, teniendo en cuenta que el número total de inscripciones admitidas serán de 30, respetando el orden de llegada a la E.N.E.



ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES
REAL FEDERACION ESPAÑOLA DE NATACION
C/ Juan Esplandiú, 1 - 28007 MADRID
Tlfnº: 91/5572014 - 15 Fax: 91/4097062
mgosalvez@rfen.es



**WORKSHOP
(Jornada-Taller)**

AQUAPILATES



**MADRID
8 de Mayo de 2010**

AQUAPILATES

Adaptación del trabajo de suelo de Pilates al medio acuático con el fin de aprovechar las propiedades del agua para conseguir los efectos beneficiosos del programa orientados a la mejora del control postural, la tonificación muscular y la fluidez de movimientos, todo ello basándose en la respiración y relajación activa.

OBJETIVOS DEL WORKSHOP:

- Asimilar y comprender los efectos fisiológicos de inmersión en la relajación y sus aplicaciones terapéuticas.
- Asimilar los conceptos básicos del método Pilates y las adaptaciones al agua.
- Experimentar a nivel práctico la secuencia del Aquapilates.

Clases Teórico – **PRACTICAS** (se ruega ropa adecuada de baño)
(Se recomienda conocimientos básicos del Método Pilates)

SEDE: MADRID

LUGAR: (Clases Teóricas y Prácticas):
COLEGIO GREDOS S. DIEGO MORATALAZ
C/ Luis Saiz de Hoyos,14



PROFESORADO:

TAMARA DEL REY :

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física,
Entrenadora Superior de Natación; Instructora
de Fitness Acuático; Instructora de Pilates;
Profesora de Natación; Especialista en Natación
Terapéutica.



DIRECTOR: MOISES GOSALVEZ (E.N.E.)

PLAZAS LIMITADAS A 30 ALUMNOS

PLAZO DE INSCRIPCION: 30 de abril (15.00 Hrs.)

HORARIO:

9.30 – 13.00: Introducción; conceptos básicos; aplicación práctica
13.00 – 14.30: Comida
14.30 – 17.30: Clase Teórico-Práctica
17.45 – 18.15: Discusión y entrega de certificados.

PRECIO INSCRIPCION: 130,00 €

T. Vigentes (suscritos a C. Técnicas)..... **100,00 €**

(Incluye: Asistencia, participación y exposiciones en clases, Comida, documentación, y Certificado ENE-RFEN).

