

AQUAGLOBAL (S. S. de los Reyes/ 2018)

PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

PREINSCRIPCIÓN: Se debe de realizar en la plataforma electrónica de la RFEN <http://natacion.coe.info>

INSCRIPCIÓN Y MATRÍCULA: Una vez realizada la preinscripción, se deberá remitir el comprobante de pago correspondiente ANTES DEL 21 DE JUNIO (plazas limitadas)

Forma de entrega de la documentación:

- A través de la plataforma ("entrega de documentos")

- FORMA DE PAGO:

Transferencia a RFEN

Banco Popular - **ES17 0075 1787 0006 0070 8777**

Para formalizar la matrícula, se deberá realizar la preinscripción en la plataforma electrónica y posteriormente enviar el comprobante de pago, ANTES del 21 de JUNIO como fecha máxima, teniendo en cuenta que el número total de inscripciones admitidas será respetando el orden de llegada a la E.N.E. existiendo plazas limitadas dado el carácter práctico de la jornada.

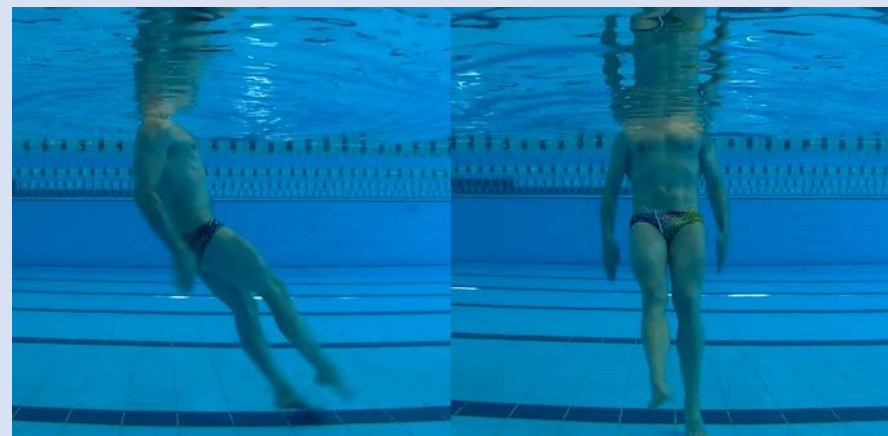


ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES
REAL FEDERACION ESPAÑOLA DE NATACION
C/ Juan Esplandiú, 1 - 28007 MADRID
Tlfnº: 91/5572014 - 15 Fax: 91/4097062
mgosalvez@rfen.es



WORKSHOP (Jornada-Taller)

AQUAGLOBAL (El trabajo de balance muscular en la actividad acuática)



**S. SEBASTIÁN DE LOS REYES
30 de Junio de 2018**

AQUAGLOBAL

OBJETIVOS:

Conocer y experimentar las bases del programa Aquaglobal basado en el diseño de sesiones de fitness acuático focalizando el objetivo en el balance muscular equilibrado y dirigido a cualquier tipo de población.
Conocer y experimentar el diseño de ejercicios para las diferentes actividades acuáticas con el manejo de diferentes intensidades dando prioridad al trabajo sobre el equilibrio muscular (anterior y posterior).
Conocer y experimentar las herramientas para aplicar a los diferentes tipos de usuarios según sus necesidades de compensación muscular (entrenamiento personal).

CONTENIDOS:

Entrenamiento funcional
Balance muscular y corrección de desequilibrios musculares
Visualización del cuerpo y transferencia a la actividad cotidiana.
Trabajo de cadenas cinéticas vs. Trabajo analítico
Parrilla de ejercicios de aplicación.

DIRIGIDO a Técnicos en Actividades Acuáticas; Técnicos deportivos; Diplomados en E.F.; Técnicos en Animación Deportiva; Monitores y Entrenadores de Natación; Preparadores físicos; Instructores de Fitness Acuático

Clases Teórico – **PRACTICAS** (se ruega ropa adecuada de baño)

SEDE: SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

LUGAR: CENTRO DEPORTIVO MUNICIPAL LA VIÑA

Avda. de la Sierra, 24



PROFESORADO:

IBAN MARTIN DE LA PLAZA

Entrenador Auxiliar de Natación y Waterpolo RFEN; Instructor Fitness Acuático RFEN/Univ de Nevada; Instructor Fitness Acuático AEA (experto); Instructor Modulo Experto Aquasport de la metodología S.A.S Waterform Montbeliard (Francia);
Master Instructor HYDRORIDER, Roma



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

PREINSCRIPCIÓN: Se realizará a través de la plataforma electrónica de enseñanza: <http://natacion.coe.info>

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: 21 de JUNIO

HORARIO:

10.00–12.15: Introducción; conceptos básicos; aplicación práctica
12.45–14.45: Clase Práctica
14.45–15.45: Descanso
15.45–17.15: Clase teórica
17.30 – 19.30 Clase Práctica
19.30: Discusión y entrega de diplomas.

PRECIO INSCRIPCIÓN: 100,00 €
(Suscritos a Comunicaciones Técnicas)..... 90,00 €
(Incluye: Asistencia, participación en clases, Acceso a la plataforma electrónica; documentación, y Certificado ENE-RFEN).

