

## Curso de Formación Hydorider (Arroyomolinos, 2012)

### SOLICITUD DE INSCRIPCION

NOMBRE Y APELLIDOS .....

DOMICILIO ..... Nº ..... 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 16 de marzo

✂-----  
Para formalizar la matrícula, se deberá enviar el boletín de inscripción a la E.N.E. debidamente cumplimentado, junto con el comprobante de pago, ANTES del 16 de marzo (15.00 hrs.) como fecha máxima, teniendo en cuenta que el número total de inscripciones admitidas serán de 25, 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: 915572014 - 15 Fax: 914097062  
mgosalvez@rfen.es



Curso de Formación  
**HYDRORIDER Nivel 1**

## HIDROSPINNING



**HYDRORIDER**

**ARROYOMOLINOS (Madrid),  
24 y 25 de Marzo de 2012**

## HIDROSPINNING

Adaptación del spinning de tierra al medio acuático pero con unas peculiaridades que hacen que sea bastante diferente. Es una actividad donde se obtienen grandes resultados, en la cual a todas las ventajas ya conocidas del spinning, debe añadirse las que se obtienen de trabajar en el agua dentro de los programas de fitness acuático.

Se trata de una mezcla perfecta de agua, entrenamiento y diversión.

### OBJETIVOS DEL CURSO DE FORMACIÓN:

Capacitar a los asistentes a través de la titulación oficial Hydridorider para impartir sesiones de hidrospeining con total seguridad y éxito. Adquirir los conocimientos teórico-prácticos para poder impartir sesiones con la metodología líder a nivel mundial, utilizada por más de 11.000 profesionales en todo el mundo.

Comprender las propiedades físicas del agua para trabajar sin miedo a lesiones. Explotar y manipular las propiedades del agua para obtener el máximo rendimiento de cada alumno. Adaptar la actividad para los diferentes tipos de población.

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

**SEDE:** ARROYOMOLINOS (Madrid)

### LUGAR:

COMPLEJO ACUATICO LA DEHESA

Calle Madrid, 31 (Junto al cuartel de la G. Civil)

(Salida 23 A-5 dirección M-413 Arroyomolinos)

### HORARIO:

#### Sábado 24:

10.00 – 10.15: Introducción

10.15 – 14.00: Clase Teórica y Clase práctica

16.00 – 20.00 Clase práctica

#### Domingo, 25

9.30 – 10.30: Clase Teórico-Práctica

10.30 – 12.00: Clase Práctica

12.00 – 13.15: Práctica Evaluativa

13.15-13.45: Discusión y Entrega de Certificados



## PROFESORADO:

### ANGEL SANTAMARIA CUEVAS:

Formador Nacional metodología Hydridorider System.

Director técnico del Club Natación Europa.

35 años Entrenador superior de Natación.

Entrenador nacional de Triatlón.

Instructor Keiser de Spinning, año 1998 .

Actualmente entrenador del Club Triatlón Europa.

Presenter Internacional en convenciones de spinning e hidrospeining desde hace diez años.



**PREINSCRIPCIONES:** Se realizarán a través de la PLATAFORMA ELECTRONICA DE ENSEÑANZA: <http://natacion.coe.info>

**PLAZO DE INSCRIPCION:** 16 de Marzo (15.00 Hrs.)

(PLAZAS LIMITADAS A 25 ALUMNOS)

**PRECIO INSCRIPCION:** ..... 240,00 €

(Suscritos a C. Técnicas)..... 200,00 €

(Incluye: Asistencia, participación y exposiciones en clases, Material específico para la práctica, documentación, Certificado ENE-RFEN y Certificación oficial Hydridorider).



# HYDRORIDER

