



Curso Especialidad Ciclo-Indoor base

Fechas: Según calendario

Sábados tarde de 14,00 a 19,30 y Domingos de 9,15 a 13,45 h.

Lugar: Gym San Martin,c/ Urbieta 9, 3ª planta, Donostia 20006

Diploma: Instructor FEDA en Ciclo Indoor de base.

Incluye, tarjeta federativa anual, Manual, y Kit de regalo.

*Es obligatorio y/o convalidable haber cursado Bases Biológicas y Mecánicas de la Motricidad Humana y Pºs Auxilios (75h.) FEDA On-Line

Materia Formativa:

La Bicicleta: Partes, Mantenimiento, Ajustes .

Análisis de la Pedalada, Técnica y Normas de seguridad .

Fisiología aplicada al Ciclo Indoor

Estructura y Componentes básicos de la Sesión de Ciclo Indoor.

Aspectos metodológicos del Ciclo. La Musica

Sistemas de Entrenamiento aplicados al C-I.

Aplicación Práctica

- Si estás interesado en hacer el curso, pide por e-mail **el Boletín de Inscripción** para que lo reenvíes rellorando tus datos personales y así reservar la plaza.
- Más información Telef:943-431705 e-mail:akne@euskaltel.net , www.aknefedagipuzkoa.net