



Curso Tonif. FUNCIONAL - Superficies Inestables -

Fechas: Según calendario

Horario: Sábados de 9,30 a 13,30 y de 15,00 a 19,30 horas

Lugar: Gimnasio S. Martín, c/ Urbietta 9, 3ª planta, 20006 Donostia

***Imprescindible tener cursado Técnico de Base FEDA o similar convalidable, previa acreditación**

Profesor: Sergio Sukunza INEF y Master de Alto Rendimiento

Contenidos:

- Definición de entrenamiento funcional.
- Beneficios del entrenamiento funcional.
- Clasificación de entrenamiento funcional en función del Material utilizado
- Objetivos de entrenamiento.
- Grupos de población a los que va dirigido.
- Aplicaciones de entrenamiento funcional en diferentes hábitos, rehabilitación, deportes, preparación física, clases
- Práctica de clases colectivas organizada en grupos, para que aprendan a organizar y a dirigir una clase colectiva.

DIPLOMA:

Instructor FEDA en TONIFICACIÓN FUNCIONAL

Para reservar tu plaza, debes ponerte en contacto con Akne y pedir el boletín de inscripción para que lo rellenes y nos lo reenvíes.

akne@euskaltel.net www.aknefedagipuzkoa.net Tel.943-431705 (de 10,00 a 13,00 horas)