

FORMACIÓN EN FITNESS

Curso de Instructor de ACTIVIDADES COREOGRAFIADAS

Las actividades coreografiadas son aquellas en las que se utiliza el soporte musical como elemento fundamental para el desarrollo de la sesión de entrenamiento. El trabajo con soporte musical puede ser tan variado que da lugar a diferentes disciplinas. En este curso conocerás y aprenderás a programar sesiones de aeróbic, step, cardiobox; así como la técnica específica de cada una de ellas. Serás capaz de elaborar coreografías para conseguir que tus futuros alumnos se diviertan y progresen en tus clases.

Más información e inscripciones:

Gimnasio Altafit Logroño (logrono@altafit.es) y Dirección General del Deporte y del IRJ.

Cuota de inscripción: 260 €. Descuentos del 5% con la inscripción a dos cursos, del 7% con la inscripción a tres cursos, del 10% con la inscripción a cuatro cursos y descuento del 20% para los titulares del “carné joven” al inscribirse a los cinco cursos de formación en fitness (precio final de los cinco cursos incluyendo el 20 % descuento 768 €). Además todos los cursos de formación en fitness pueden ser subvencionados por el Gobierno de La Rioja.

Sede del curso: Altafit Gym Club Logroño. Calle Duquesa de la Victoria nº 34, Logroño.

Carga lectiva: El curso tiene una carga lectiva de 32 horas.

Requisitos de acceso: Tener 16 años cumplidos (ya que no se requieren conocimientos previos en la materia).

- Aunque el curso está abierto a todos los interesados, está especialmente indicado para titulados en TAFAD, técnicos deportivos y licenciados en ciencias de la actividad física y el deporte.

Observaciones:

- Con la inscripción al curso los alumnos recibirán un dossier con el material didáctico necesario para el seguimiento del mismo.
- La dirección de Club Altafit Logroño se reserva del derecho a suspender la actividad formativa si no se alcanza un mínimo de 8 alumnos (en ese caso se devolverá el importe de la matrícula).

Fechas del curso: Los días 13, 14, 20, 21 y 27 de mayo:

- Sábados de 10.00 h. a 14.00 h. y de 15:30 h. a 19:30 h.
- Domingos de 9.30 h. a 13.30 h.

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Inscripción: PULSA EL LOGO



(Se abrirá la web de Gimnasio Altafit Logroño).