

● OBJECTIUS

- SER CAPAÇ DE PLANIFICAR UN ENTRENAMENT DE NIVELL AVANÇAT SOBRE LA BASE DE LES DEMANDES DE L'ESCALADA I NECESSITATS DE L'ESPORTISTA.
- ENTENDRE L'ÚS D'EINES AVANÇADES PER AL CONTROL DE LA CÀRREGA EN L'ENTRENAMENT.
- ADQUIRIR EINES PER A L'ANÀLISI TÈCNICA/TÀCTIC DE L'ESCALADA.
- CONEIXEMENTS D'ASPECTES MENTALS QUE AFECTEN EL RENDIMENT.

● CONTINGUTS

- LES DEMANDES FÍSQUES DE L'ESCALADA.
- EINES PER A L'ANÀLISI TÈCNICA/TÀCTIC.
- ASPECTES MENTALS QUE INFLUEIXEN EN L'ESCALADA.
- L'ENTRENAMENT DEL FÍSIC EN L'ESCALADA II.
- LA PLANIFICACIÓ DE L'ENTRENAMENT.

● REQUISITS MÍNIMS

- NO ES NECESSITA EXPERIÈNCIA PRÈVIA

● RÀTIOS

- MÍNIM 1/3.
- MÀXIM 1/10.

● LA QUOTA D'INSCRIPCIÓ INCLOU

SERÀ OBLIGATÒRIA L'ASSISTÈNCIA AL 100% DEL CURS

INCLOU: EXPEDICIÓ DE CERTIFICAT I PROFESSORAT.

NO INCLOU: LLOGUER DE MATERIAL, ALLOTJAMENT I EXTRES.

