

**Dirigido a:** Corredores por montaña con experiencia en competiciones que quieren desarrollar conocimientos de entrenamiento específicos a esta modalidad deportiva.

### Descripción del perfil profesional

Promueve la participación deportiva dentro de la modalidad deportiva de las carreras por montaña. Inicia al corredor en los factores de higiene y seguridad básicos del entrenamiento. Incide mayoritariamente en aspectos de la técnica gestual y las bases de la competición.

### REQUISITOS DE ADMISIÓN

- 16 años cumplidos.
- Poseer el título de Graduado en Educación Secundaria o equivalente.
- Estar en posesión de la Licencia Federativa del año en curso.
- Acreditar *curriculum* deportivo mínimo.
- Pasar las pruebas de acceso.

### Curriculum mínimo

ACREDITAR LA PARTICIPACIÓN EN CARRERAS POR MONTAÑA DE DOS TEMPORADAS COMO MÍNIMO DE LOS CALENDARIOS OFICIALES FEMECV O/Y FEDME.

### Pruebas de Acceso

FECHA: 24/9/2011

LUGAR: Montañas en el Término Municipal de Elda.

- **Resistencia física**, que consiste en un RECORRIDO DE 10 km DE CARRERA POR MONTAÑA BALIZADO Y HOMOLOGADO, EN TIEMPO MÁXIMO DE 1h 15 min. El tiempo establecido podrá variar si el tribunal de evaluación lo considera oportuno por causas extraordinarias.
- **Habilidad y técnica de carrera en terreno variado, que consiste en:**
  - VALORACIÓN TÉCNICA DE CARRERA EN ASCENSO EN TERRENO DE MONTAÑA DE DIFICULTAD. DISTANCIA DE 50 m.
  - VALORACIÓN TÉCNICA DE CARRERA EN DESCENSO EN TERRENO DE MONTAÑA DE DIFICULTAD. DISTANCIA DE 50 m.
  - VALORACIÓN TÉCNICA DE CARRERA EN LLANO EN TERRENO DE MONTAÑA. DISTANCIA DE 50 m.

FEDERACIÓ D'ESPORTS DE MUNTANYA I  
ESCALADA DE LA COMUNITAT VALENCIANA

Carrer Marià Lluïna, 9 baixos • Telf. 96 543 97 47 • Fax 96 543 65 70  
Apartat correus 3 • 03201 ELX • www.femecv.com  
e-mail: federacionv@terra.es



# TÉCNICO ENTRENADOR DE CARRERAS POR MONTAÑA

Nivel I

Del 24 de Septiembre al 27 de Noviembre  
2011  
ELDA (Alicante)



ORGANIZA:  
  
ESCUELA VALENCIANA  
DE ALTA MONTAÑA

ORGANIZA:  
  
Consell  
Valencià  
de l'Esport

## Bloque Común

### FECHAS: (Normalmente de Septiembre a Diciembre)

Su regulación, organización, convalidación de contenidos y acceso, tanto como sus inscripciones corresponde directamente al *Consell Valencià de l'Esport*. [www.formaciondeportiva.es](http://www.formaciondeportiva.es)

Las materias de este bloque son comunes a todos los deportes. Una vez terminado el bloque de formación se realizará el correspondiente evaluativo. Para acceder al módulo evaluativo es necesario haber asistido a las horas mínimas exigidas del módulo formativo.

Compuesto por materias de carácter general, según lo estipulado por la Orden ECD/3310/2002 de período transitorio.

### CONTENIDOS:

- Área de Fundamentos Biológicos I.
- Área de Comportamiento y Aprendizaje I.
- Área de Teoría y Práctica del Entrenamiento deportivo.
- Área de Organización y legislación del deporte.

## Bloque Específico

**FECHAS:** 15 Y 16 DE OCTUBRE  
29 Y 30 DE OCTUBRE  
5 Y 6 DE NOVIEMBRE  
12 Y 13 DE NOVIEMBRE  
26 Y 27 DE NOVIEMBRE

### LUGAR: Aulario del Centro Excursionista Eldense.

Este bloque está compuesto por dos módulos, uno formativo de 12 días y otro evaluativo de 2 días que se realizará posteriormente.

Para acceder a este bloque, no es necesario haber superado el Bloque Común, pero deberá haber superado la Prueba de Acceso.

La asistencia al módulo de formación es obligatoria, pudiéndose faltar como máximo a un 20% del mismo (siempre justificadas).

### CONTENIDOS:

- Área de Formación Técnica, Táctica y Reglamento.
- Área de Didáctica de la Especialidad Deportiva.
- Área de Desarrollo Profesional:
- Área de Seguridad e Higiene en el Deporte .

### PRECIO DE LA MATRÍCULA:

Prueba acceso..... 40 €  
Bloque específico..... 410 €

La matrícula incluye:

Asistencia a clase, Documentación EVAM y Evaluaciones de la 1ª convocatoria.

Cuenta para realizar los ingresos de matrícula

CAM: 2090-0259-70-0200001079

BANCAJA: 2077-0416-79-3101185646

### Inscripciones:

Hasta el 9 de Septiembre de 2011

Nº de plazas: 35 alumnos

Rellenar la hoja de inscripción (la podeis encontrar en la página web de la federación [www.femecv.com](http://www.femecv.com)) y mandarla, junto con la documentación siguiente:

- Curriculum deportivo.
- Copia (escaneado en color) del DNI.
- Título de grado medio de la E.S.O. o titulación equivalente.
- Certificado médico oficial de aptitud física (tres meses de antigüedad máxima), –“*que especifique que el aspirante esta capacitado fisicamente para practicar carreras por montaña*”.

Mandar todo por correo electrónico a:

[evam@femecv.com](mailto:evam@femecv.com).

**ATENCIÓN:** los originales se presentaran el día de la prueba de acceso para su conformidad, pudiendo ser apartado de las pruebas de acceso si no hay coincidencia de datos.

### LUGAR DE CELEBRACIÓN: Elda (Alicante)

Aulario del Centro Excursionista Eldense  
Avenida de Ronda, nº3

**Información:** En el correo electrónico [evam@femecv.com](mailto:evam@femecv.com) o en el teléfono: 617 301 556.