

## MONITOR DE TECNICAS ACUATICAS

**LOCALIDAD :** Socuellamos (Ciudad Real )  
Centro Deportivo y Formativo Muévete  
Crtra Las Mesas sn

**Número de participantes:** 15

**Documentación necesaria;** Tarjeta sanitaria  
Fotocopia DNI ambas caras

**Matriculaciones:** <https://muevete.eu/formacion/>

**Precio:** 325 euros

- **Transferencia bancaria :**
  - CAIXA BANK : ES46 2100 2191 3402 0049 8501
  - Concepto: Nombre Apellidos + ACUATICAS
- **TARJETA** [www.mueveteformacion.es](http://www.mueveteformacion.es)
- **FINANCIADO EN 12 MESES** a través de @plazame , ver [www.mueveteformacion.es](http://www.mueveteformacion.es)

### Duración.-

50 horas

### Temporalidad.-

VIERNES 09-04-2021	16:30 h a 21:30 h
SABADO 10-04-2021	09:00 h a 14:00 h; 16:00 h a 21:00 h
DOMINGO 11-04-2021	09:00 h a 14:00 h; 16:00 h a 21:00 h
VIERNES 16-04-2021	16:30 h a 21:30 h
SABADO 17-04-2021	09:00 h a 14:00 h; 16:00 h a 21:00 h
<b>DOMINGO 18-04-2021</b>	09:00 h a 14:00 h; 16:00 h a 21:00 h

## Titulación.-

Certificado de Aprovechamiento de haber cursado la formación acreditada por la Especialidad Formativa

## Objetivos y competencias.-

El entrenamiento en el agua tiene grandes ventajas para el técnico de fitness. Podemos utilizar el medio acuático, con todas sus ventajas o con la resistencia que supone. Existe una gran variedad de actividades que podemos realizar en el agua y, en este curso, se mostrará una panorámica de las mismas, como elemento de entrenamiento para diferentes colectivos y objetivos físicos.

### OBJETIVO GENERAL :

- Enseñar y dinamizar actividades de acondicionamiento físico básico.
- Utilizar el medio acuático, con todas sus ventajas, como elemento de entrenamiento para diferentes colectivos y objetivos físicos.
- Diseñar y dirigir actividades acuáticas, adecuadas a cada caso, y programadas con seguridad, efectividad y motivación.
- Preparar y comprobar el material necesario para impartir la sesión, así como, adoptar todas las medidas de seguridad necesarias para el correcto desarrollo de la clase.

### OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Identificar las modificaciones, en el agua, del cuerpo humano debidas al ejercicio.
- Reconocer signos de alarma durante la práctica de ejercicio físico.
- Reconocer las limitaciones del colectivo al que se dirige.
- Aprovechar los beneficios y ventajas del entreno en el medio.
- Respetar las contraindicaciones del ejercicio físico.
- Educar en salud
- Dirigir clases colectivas con música en el medio acuático.
- Adecuar la intensidad de los entrenamientos al colectivo al que se ha de dirigir.
- Diseñar los objetivos que ha de conseguir el grupo o cliente.
- Programar las sesiones según los objetivos establecidos.
- Vigilar la correcta ejecución de los ejercicios.
- Corregir los movimientos y las posturas de forma positiva y con la intención de motivar la mejora de cada uno.
- Adecuar los ejercicios a los diferentes niveles y características de cada persona.
- Diseñar una programación, evaluarla y actualizarla.