

## ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (Arroyomolinos, 2017)

### PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCION

**PREINSCRIPCION:** Se debe de realizar en la plataforma electrónica de la RFEN <http://natacion.coe.info>

**INSCRIPCIÓN Y MATRÍCULA:** Una vez realizada la preinscripción, se deberá remitir el comprobante de pago correspondiente ANTES DEL 11 DE ABRIL

#### Forma de entrega de la documentación:

- A través de la plataforma ("entrega de documentos")
- Por e-mail [mgosalvez@rfen.es](mailto:mgosalvez@rfen.es)

**FORMA DE PAGO:**  Transferencia a RFEN  
Banco Popular - **ES17 0075 1787 0006 0070 8777**

-----  
*Para formalizar la matrícula, se deberá realizar la preinscripción en la plataforma electrónica y posteriormente enviar el comprobante de pago, ANTES del 11 de ABRIL como fecha máxima, teniendo en cuenta que el número total de inscripciones admitidas será respetando el orden de llegada a la E.N.E. existiendo plazas limitadas dado el carácter práctico de la jornada.*



ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES  
REAL FEDERACION ESPAÑOLA DE NATACION  
C/ Juan Esplandiú, 1 - 28007 MADRID  
Tlfnº: 91/5572014 - 15 Fax: 91/4097062  
[mgosalvez@rfen.es](mailto:mgosalvez@rfen.es)



## WORKSHOP (Jornada-Taller)

## ENTRENAMIENTO FUNCIONAL ACUÁTICO (Nuevas tendencias de HIT en agua)



**ARROYOMOLINOS (Madrid)**  
**22 de Abril de 2017**

## **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL ACUATICO**

Aplicación de los métodos de entrenamiento funcional en el Medio Acuático con objetivos de la mejora de la Condición Física en diferentes poblaciones y aprovechando las propiedades del agua como recurso de trabajo.

### **CONTENIDOS:**

- Método TABATA
- Crossfit
- Entrenamiento Funcional
- Circuitos metabólicos

DIRIGIDO a Técnicos en Actividades Acuáticas; Técnicos deportivos; Diplomados en E.F.; Técnicos en Animación Deportiva; Entrenadores de Natación; Preparadores físicos.

Clases Teórico – **PRACTICAS** (se ruega ropa adecuada de baño)

### **SEDE: ARROYOMOLINOS**

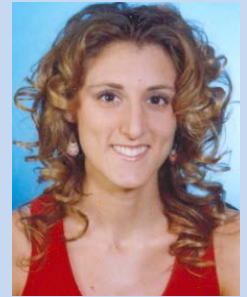
**LUGAR:** Complejo Acuático la Dehesa  
(C/ Madrid, 31)



## **PROFESORADO:**

### **TAMARA DEL REY :**

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física, Entrenadora Superior de Natación; Instructora de Fitness Acuático; Instructora de Pilates; Profesora de Natación; Especialista en Natación Terapéutica.



**DIRECTOR:** MOISES GOSALVEZ (E.N.E.)

**PREINSCRIPCION:** Se realizará a través de la plataforma electrónica de enseñanza: <http://natacion.coe.info>

**PLAZO DE INSCRIPCION: 11 de Abril**

### **HORARIO:**

10.00–14.30: Introducción; conceptos básicos; aplicación práctica  
14.30–15.30: Comida  
15.30–18.30: Clase Teórico-Práctica  
18.30: Discusión y entrega de certificados.

**PRECIO INSCRIPCION:** ..... **140,00 €**  
(Suscritos a Comunicaciones Técnicas)..... **115,00 €**

*(Incluye: Asistencia, participación en clases, Acceso a la plataforma electrónica; Comida, documentación, y Certificado ENE-RFEN).*

