



OCIO, FORMACIÓN Y GESTIÓN DEPORTIVA NEOSPORT S.L. CONCEDE EL SIGUIENTE DIPLOMA A

BELÉN RAMÍREZ SANTIAGO

Tras haber mostrado su aptitud y aprovechamiento en el curso de

INSTRUCTOR DE ACUAGYM, celebrado en GRANADA

con una duración de 50 horas lectivas.

En GRANADA a 2 de Diciembre de 2012

El/la interesado/a:

El coordinador técnico:

El director:

CÓDIGO DIPLOMA:
AQUA-0056-12



Curso de: INSTRUCTOR DE ACUAGYM

Año: 2012

Fecha de inicio: 17/11/2012 Fecha de finalización: 02/12/2012

Total horas del curso: 50 horas

TEMARIO IMPARTIDO

- Conceptos básicos de anatomía y fisiología en el agua.
- Estudio de las características del agua aplicadas al acuagym.
- El ejercicio aeróbico en el agua.
- La fuerza en el agua.
- Objetivos del acuagym - Beneficios y ventajas.
- Programa de acuagym: instalación, materiales, profesor, asistentes, etc.
- Tipos de movimientos básicos. Programas específicos.
- La clase. Estructura y ejercicios básicos.
- El ritmo. La música. Pasos básicos.
- La posible aplicación de la natación.
- Práctica y análisis de sesiones prácticas variando material, profundidad de piscina, objetivos, etc.
- Taller de Mix Mesite.

Firma de profesor-a/es-as:

Dario Cruz Terrón

