

# INSTRUCTOR/A ACTIVIDADES DIRIGIDAS COREOGRAFIADAS Y TONIFICACIÓN

## OBJETIVO

Organizar, dirigir y dinamizar sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en sala con soporte musical, potenciando la participación del grupo en general y de cada usuario en particular. Concretar las actividades específicas de acondicionamiento físico en sala con soporte musical, adecuándolas a las características y objetivos de los usuarios.

Enseñar los ejercicios de acondicionamiento físico en sala con soporte musical usando la metodología más adecuada y con la suficiente motivación, márgenes de seguridad y calidad técnica y comunicativa.



## REQUISITOS

Curso sin requisitos de entrada

## SALIDAS LABORALES

Técnico de Actividades Dirigidas  
Coordinador de Actividades Dirigidas en centros  
Impartir clases dirigidas extraescolares  
Dinamizar grupos para favorecer coordinación y resistencia



# INSTRUCTOR/A ACTIVIDADES DIRIGIDAS COREOGRAFIADAS Y TONIFICACIÓN

## CONTENIDOS DEL CURSO

### Bloque Práctico

Bases pedagógicas y metodología para clases coreografiadas con soporte musical

Diseño de distintos formatos de actividades dirigidas colectivas: step, tonificación con materiales (bandas, mancuernas, barras) gac...

Seguridad, liderazgo, control de la clase y comunicación

### Anatomía, Fisiología y Lesiones

Cinesiología básica para técnicos de fitness

Sistema esquelético para técnicos en fitness

Sistema muscular para técnicos en fitness

### Bases del Fitness

Bases del ejercicio saludable

Ejercicio neuromuscular saludable

Ejercicio cardiovascular saludable

Amplitud de movimiento saludable

### Principios de la Nutrición Saludable

## CALENDARIO

Se trata de un curso de 200 horas (80 horas presenciales + 120 de autoaprendizaje) que se cursa un día a la semana durante cinco horas.

**Sábados:** Desde el 10 de Octubre hasta el 27 de Febrero - Sábado de 9:00 a 13:00 h.



# INSTRUCTOR/A ACTIVIDADES DIRIGIDAS COREOGRAFIADAS Y TONIFICACIÓN

## PRECIO DEL CURSO

El precio del curso es de 1.190€, pero puedes beneficiarte de promociones especiales en función del momento en que te inscribes y de la forma de pago que elijas.

En el precio, elijas la forma de pago que elijas, siempre está incluido: acceso al campus online como soporte adicional, todo el material académico, derechos de examen, certificado de estudios y Diploma.

### **Consulta condiciones aún mejores si te inscribes a una Doble Titulación o Pack Formativo**

#### **SI TE MATRICULAS ANTES DEL 30 DE SEPTIEMBRE**

-40% de descuento si pagas al contado. Un único pago de 714€.

-35% de descuento si pagas de forma fraccionada en cuotas mensuales. El importe que acabas pagando es de 773,50€.

#### **ERES AUTÓNOMO, AFECTADO POR ERTE O ESTÁS DESEMPLEADO**

#### **SI TE MATRICULAS ANTES DEL 30 DE SEPTIEMBRE**

-50% de descuento si pagas al contado. Un único pago de 595€.

-45% de descuento si pagas de forma fraccionada en cuotas mensuales. El importe que acabas pagando es de 654,50€.

#### **PAGO FRACCIONADO EN CUOTAS**

**Nunca se aplican intereses por pago fraccionado**, ya que es la propia escuela quien financia el curso como facilidad de forma de pago. Por eso no es necesario aportar ningún tipo de documentación (ni nóminas, avales o contratos)

Este importe lo podemos fraccionar en cuotas mensuales desde el momento de la inscripción hasta el mes de septiembre.



# INSTRUCTOR/A ACTIVIDADES DIRIGIDAS COREOGRAFIADAS Y TONIFICACIÓN

## MÁS VENTAJAS

### DOBLES TITULACIONES Y PACKS FORMATIVOS

Si quieres ampliar tu formación y tener **más ventajas tanto a nivel académico como de condiciones económicas**, puedes inscribirte a una **Doble Titulación o Pack Formativo**. Te proponemos varias configuraciones pero también las podemos diseñar a tu medida:

- **Dobles Titulaciones** [MAS INFO](#)
- **Packs Formativos** [MÁS INFO](#)

Además de promociones especiales, tendrás de forma gratuita:

- Una Certificación de Especialización del **ICEFS** a escoger entre los que se programen durante el curso 2020-2021
- El Curso de Primeros Auxilios.



# INSTRUCTOR/A ACTIVIDADES DIRIGIDAS COREOGRAFIADAS Y TONIFICACIÓN

## CÓMO MATRICULARTE

En caso de que quisieras formalizar la inscripción puedes mandarnos un e-mail con los siguientes datos:

Nombre y apellidos:

Dirección:

CP:

Población:

Telf.:

E-mail:

Nº DNI.

Fecha de nacimiento:

Nombre del Curso:

Horario:

Datos bancarios: (En caso de domiciliación bancaria)

En cuanto a documentación, sólo nos faltarían dos fotos carné y una fotocopia del DNI que tendrías que traernos antes del primer día de clase y así aprovechas para firmar tu hoja de matrícula.

### MÉTODOS DE PAGO:

Formas de pago al contado o pago en cuotas: tienes tres formas para realizar el pago

- En efectivo en las instalaciones de ANEF
- Domiciliación bancaria, ANEF te cargará en cuenta mensualmente el importe de las cuotas en el número de cuenta que nos facilites
- Transferencia bancaria

La Caixa: IBAN ES34 2100 1078 5602 0011 2230

Beneficiario: Formación Profesional del Deporte y la Salud, sobre todo haz constar tu nombre y primer apellido + el nombre del curso.