



Estimado/a amigo/a,

Tras el éxito de participación y resultados obtenidos en el anterior curso de entrenador de Triatlón nivel 1 presencial, la FNT prepara el I curso online:

El procedimiento consiste en acceder a los contenidos de cada asignatura a través de la plataforma digital del Centro de Investigación y Medicina del Deporte mediante una clave e ir estudiándolos y resolviendo los cuestionarios y trabajos en los plazos marcados.

Existen dos formas de acceder al curso:

- Alumnos **con** el curso de iniciador de triatlón nivel 0 (tendrá convalidadas algunas áreas del bloque común y específico y una cuota de inscripción menor)
- Alumnos **sin** el curso de iniciador de triatlón nivel 0 (deberá realizar el curso completo)

El Curso consta de 65 horas lectivas divididas en dos bloques:

1.- Bloque común (asignaturas comunes a varios deportes)

Conocimientos necesarios para la planificación del entrenamiento deportivo en cualquier deporte y los contenidos relacionados que conciernen al deporte. Impartido por profesores del Centro de Investigación y Medicina del Deporte (CEIMD).

Este bloque se realizará de manera online en las fechas y contenidos que se detallan a continuación:

Calendario del curso N1 0215: BLOQUE COMÚN NIVEL 1

	Semana	Unidades del Curso (no presenciales)	Sesiones presenciales (18:30 h- 21:30h)
MÓDULOS 3 y 5	27 de febrero		18:30 h: Presentación del curso. Sesiones presenciales
	1ª semana: 27 febrero al 8 de marzo	- Entrenamiento de la Resistencia 1 - Entrenamiento de la Fuerza 1	
	2ª semana: 7 al 15 de marzo	- Entrenamiento de la Resistencia 2 - Entrenamiento de la Fuerza 2	13 de marzo, sesión presencial
	3ª semana: 14 al 22 de marzo	- La alimentación en la iniciación deportiva - Actividad física adaptada y discapacidad	
	4ª semana: 21 al 29 de marzo	- Planificación del entrenamiento en la iniciación deportiva - Patrones de movimiento básico y prevención de lesiones en la iniciación deportiva	27 de marzo, sesión presencial. Sesión obligatoria
	28 de marzo al 5 de abril: SEMANA DE DESCANSO		
MÓDULOS 1, 2 y 4	5ª semana: 4 al 12 de abril	- Tratamiento educativo de la iniciación deportiva - La actuación del primer interviniente	
	6ª semana: 11 al 19 de abril	- La motivación en la iniciación deportiva - El primer interviniente en patologías no traumáticas	
	7ª semana: 18 al 26 de abril	- El primer interviniente en patologías traumáticas - La comunicación entrenador-deportista en la iniciación deportiva	
	8ª semana: 25 de abril al 3 de mayo	- Soporte vital básico y desfibrilador externo semi-aut. - Crecimiento, maduración, desarrollo y actividad física	8 de mayo, Práctica obligatoria sobre el Soporte Vital Básico
	9ª semana: 2 al 10 de mayo	- La responsabilidad civil en las actividades deportivas - Los padres y madres en la iniciación deportiva	
	10ª semana: 9 al 17 de mayo	- Organización y modelo asociativo en Navarra - La dinámica y el control del grupo en la iniciación deportiva	

* ESTE CALENDARIO PUEDE SUFRIR MODIFICACIONES

- Los días 10 de abril y 22 de mayo, a las 18:30h, se realizará el examen presencial, obligatorio para TODOS los alumnos, de los módulos correspondientes.
- Los exámenes presenciales de la convocatoria extraordinaria se realizarán el 26 de junio de 2015 a las 18:30 h en el CEIMD.
- Los alumnos disponen de 9 días para la realización y entrega de cada una de las actividades y evaluaciones on-line, desde el sábado por la mañana hasta el domingo por la noche.
- Las áreas marcadas en color rojo serán convalidadas para los alumnos que tengan el título de iniciador de triatlón nivel 0.

2.- Bloque específico (asignaturas específicas de triatlón-65 horas + 150 horas de prácticas)

Profesores especialistas de la Federación Navarra de Triatlón. **Este bloque tendrá tres periodos:**

- **1ª parte:** del 30 de enero al 1 de marzo (esta parte será convalidada para los alumnos que tengan la titulación de iniciador de triatlón nivel 0).

El 30 de enero a las 18:30 h. se realizará la presentación del curso en el Centro de Estudios, Investigación y Medicina del Deporte (CEIMD) (C/ Sangüesa, 34. Estadio Larrabide) y posteriormente, se realizará una de las prácticas del bloque específico (atletismo, pista Larrabide)

Habrà una segunda práctica de atletismo y natación, el viernes 20 de febrero de 18:30 a 21:30 h.

Semana	Materias no presenciales	Sesiones presenciales
30 de enero	18:30 h: Presentación del curso	19:00h. a 20:30h. Práctica de Carrera
1ª semana: 31 de enero al 8 de febrero	- La Natación - Historia del triatlón	
2ª semana: 7 al 15 de febrero	- El ciclismo - El reglamento de competición	
3ª semana: 14 al 22 de febrero	- Las transiciones - La competición en el triatlón	20 de febrero: 18:30 a 20:00 h. Práctica de Natación 20:00 a 21:30 h. Práctica de Ciclismo
4ª semana: 21 de febrero al 1 de marzo	- La carrera a pie - Escuelas de triatlón	

Las clases presenciales se desarrollarán en las instalaciones del Centro de Investigación y Medicina del Deporte (CEIMD), pistas de atletismo del Estadio Larrabide y piscina de Guelbenzu.

- Clases teóricas: aula del CEIMD
- Clases prácticas: ciclismo (frontón instalación deportiva Guelbenzu), atletismo en pista de atletismo de Larrabide y la natación en la piscina cubierta de Guelbenzu.

Para las sesiones prácticas deberéis traer ropa deportiva adecuada a la disciplina y para la sesión de ciclismo una bicicleta (no importa carretera o montaña aunque quizás sea más recomendable la de montaña por su mayor facilidad de manejo).

Habrà un plazo de **9 días para la entrega de las actividades y evaluaciones on-line para cada asignatura.**

La asistencia será obligatoria a las 3 sesiones prácticas que se realizarán en Larrabide y Guelbenzu.

- **2ª parte:** A partir de la primera semana de septiembre (esta parte deberá realizarla todo el alumnado).
- **3ª parte:** Tras finalizar la 2ª parte del bloque específico dará comienzo el periodo de prácticas.

Los requisitos del alumnado son:

- Tener licencia con la FNT u obtenerla antes de del inicio del curso (esto es obligatorio para poder tener un seguro médico en cualquier accidente deportivo que se produzca durante las prácticas del curso).
- Tener cumplidos los 16 años al inicio del curso.
- Estar en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o titulación equivalente a efectos de acceso de acuerdo con lo establecido en la disposición adicional duodécima del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre.
- Haber realizado un triatlón del calendario autonómico o nacional con las siguientes distancias mínimas: 150 m. natación, 4 km. bicicleta, 1 km. carrera a pie.

Información complementaria:

- **El precio del curso para nuevos alumnos es de 500€.**
- **El precio del curso para alumnos con titulación de iniciador de triatlón es de 320€.**

El pago de la cuota se efectuará mediante transferencia bancaria al número de cuenta ES17 2100 5342 4121 0006 9155 (La Caixa), cuyo titular es la Federación Navarra de Triatlón, indicando como concepto del ingreso, “N1-nombre y apellido”. El resguardo de la transferencia se deberá entregar junto al boletín de inscripción vía e-mail a entrenadores@navarratriatlon.com o en la Oficina de Servicios Comunes (Casa del Deporte, c/ Paulino Caballero 13, 31002, Pamplona)

Este curso está sujeto a lo que se establece en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero, por la que se regulan los aspectos curriculares, los requisitos generales y los efectos de las actividades de formación deportiva, a los que se refiere la disposición transitoria del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre.

En consecuencia las personas que lo superen podrán obtener la equivalencia profesional o la correspondencia formativa con las enseñanzas deportivas de régimen especial una vez reconocida esta formación por el órgano competente en materia de deporte del Gobierno de Navarra. La obtención de estos beneficios está condicionada al cumplimiento de los requisitos establecidos en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero.

La Federación Navarra de Triatlón, como promotora del curso, se compromete a mantener el cumplimiento de la normativa contenida en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero, a conservar la documentación que sea de aplicación y a adaptarse a las modificaciones legales que pudieran

producirse durante el desarrollo de la actividad, así como a su presentación al Instituto Navarro de Deporte y Juventud. En este sentido la Federación Navarra de triatlón se declara responsable del incumplimiento de los requisitos establecidos en la Orden ECD/158/2014, de 5 de febrero.

Se establece un plazo de inscripción desde el jueves 8 de enero de 2015 hasta el viernes 23 de enero de 2015.

Para formalizar la inscripción habrá que entregar:

- El boletín de inscripción debidamente cumplimentado
- El resguardo de pago de la cuota
- En su caso, la fotocopia del título de iniciador de triatlón de nivel 0
- Clasificación del triatlón realizado

Todo alumno que cumpla con las horas mínimas de asistencia, realice los cuestionarios y trabajos asignados y supere todas las asignaturas, obtendrá el **título expedido por la Federación Navarra de Triatlón. Titulación de acuerdo con la normativa del Consejo Superior de Deportes.**

Para cualquier duda sobre el curso contactar con Eugenio Torrano en la siguiente dirección de correo electrónico: entrenadores@navarratriatlon.com o en el 687582503.

Esperamos tu participación. Estamos haciendo un gran esfuerzo desde la Federación para promocionar la práctica del Triatlón en nuestra comunidad. Un deporte joven pero muy dinámico y atractivo, tanto por lo completo como por lo divertido que es.

Pero para poder promocionar este deporte desde la base necesitamos entrenadores cualificados, necesarios para las labores de promoción que desde la Federación vamos a ir impulsando. Es el momento de que formes parte de la gran familia del Triatlón viviéndolo desde dentro.

NOTA: La organización del curso se reserva el derecho a cambiar las fechas y horarios del curso.

Un saludo

Pamplona a 8 de enero de 2015



Fdo. Eugenio Torrano
(Director Técnico de la FNT)
(Jefe de Estudios del Curso)