



Estimado/a amigo/a,

Tras el éxito de participación y resultados obtenidos en los tres anteriores cursos de Iniciador de Triatlón, la FNT prepara ya el IV 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.

El Curso consta de 43 horas lectivas divididas en dos bloques:

1.- Bloque común (asignaturas comunes a todos los deportes-18 horas)

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).

Las fechas y contenidos del bloque común serán determinadas por el CEIMD en los meses de marzo, abril o mayo de manera online.

2.- Bloque específico (asignaturas específicas de triatlón-25 horas).

Profesores especialistas de la Federación Navarra de Triatlón. **El curso comenzará el 30 de enero y finalizará el 1 de marzo.**

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)

Habrá 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 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.

Los requisitos del alumnado son:

- Tener 16 años cumplidos.
- Estar en posesión del Certificado de Graduado Escolar o el Título de Graduado en E.S.O.

El precio del curso para nuevos alumnos es de 180 €.

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, “iniciador-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)

Se establece un plazo de inscripción desde el miércoles 7 de enero de 2015 hasta el miércoles 21 de enero de 2015.

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 el Instituto Navarro de Deporte y Juventud y 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.

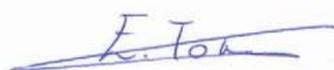
Esperamos tu participación. Estamos haciendo un gran esfuerzo desde la Federación para promocionar la práctica del Triatlón en nuestra comunidad. Un deporte joven pero muy dinámico y atractivo, tanto por lo completo como por lo divertido que es.

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)