

I N F O R M A C I Ó
I N S C R I P C I Ó

Federació Catalana de Natació
Diputació, 237 baixos
08007 - BARCELONA
Tel. 93 488 18 54
Fax. 93 487 88 74
E-mail: cursos@natacio.cat

- ❑ Omplir el full d'inscripció de cursos de la F.C.N. Aquest full d'inscripció es troba a la pàgina web de la F.C.N. www.natacio.cat en la secció de Escola de tècnics/ Formació F.C.N./ Seminaris FCN.
- ❑ Justificant de l'ingrés de 45€ amb Nom i Cognoms de l'interessat.
Transferència bancària Caixa Tarragona
2073-0244-97-0110163559

ece



Seminari de WATERPOLO



**INICIACIÓ TÈCNICA DEL PORTER i
EL WATERPOLO UN ESPORT DE FORÇA**

DATA: 6 i 7 d' abril del 2009

**Instal·lacions de:
CAR de SANT CUGAT**

Av. Alcalde Barnils 3-5 –
08173 **Sant Cugat** del Vallès.

I N T R O D U C C I Ó

L'Escola de Tècnics de la Federació Catalana de Natació, amb la col·laboració de l'Escola Catalana de l'Esport, posa a disposició d'entrenadors/es i persones vinculades a l'ensenyament i el rendiment del waterpolo un seminari tècnic inclòs en el programa de Formació Continuada

C O N T I N G U T S

Amb aquest Seminari la FCN us proposa una jornada tècnica teòrica combinada amb la pràctica. Uns continguts que ens ajudaran a actualitzar els sistemes d'entrenament i ens proposaran eines per al dia a dia.

Continguts:

Dilluns 6 d'abril 2009,

16:00 – 18:00h Continguts tècnic-Tàctics del Porter en categories de formació.

Ferran Plana

18:00 – 20:00h Pràctica

Dimarts 7 d'abril 2009,

16:00 – 18:00h Desenvolupament del treball de força en sec i a l'aigua.

Joan Solè i Quim Colet

18:00 – 20:00h Pràctica

R E Q U I S I T S

Per assistir al seminari, els participants hauran de reunir les condicions següents:

- Edat mínima: 16 anys complerts en el moment de la inscripció.
- Omplir el full d'inscripció* acompanyat de la documentació requerida.

(*) Aquest full d'inscripció es troba a la pàgina web de la F.C.N. www.natació.cat a la secció de l' **Escola de tècnics/ Formació F.C.N./ formacio permanent.**

H O R A R I S

6 i 7 d' abril del 2009

Dilluns 16:00-20:00h

Dimarts 16:00 – 20:00h

Data límit d'inscripció

Dijous, 2 d'abril de 2009

L L O C D E R E A L I T Z A C I Ó

**Instal·lacions de:
CAR de SANT CUGAT**

Av. Alcalde Barnils 3-5 –
08173 **Sant Cugat** del Vallès

R E C O N E I X E M E N T I C E R T I F I C A C I Ó

L'Escola Catalana emetrà el certificat d'assistència corresponent

M A T R Í C U L A

Import del seminari 30 €

Cal fer constar a la transferència les següents dades:

IMPORTANT: NOM I COGNOMS DE L'INTERESSAT/DA

Transferència bancària Caixa Tarragona

2073-0244-97-0110163559

Concepte **Seminari Waterpolo.**

Si el nombre d'inscrits no arribés a 20, l'organització es reserva el dret d'anul·lar el seminari.