



PROGRAMACIÓN

ORGANIZA: Centro de Formación e Innovación (CAFI) EMPRESA: Amextreme
HORAS TEÓRICAS: Salón de actos da Asociación O Penedo (Herbón)

	LUNS 1 DE XULLO	MARTES 2 DE XULLO	MÉRCORES 3 DE XULLO	XOVES 4 DE XULLO	VENRES 5 DE XULLO
	BARRANQUISMO	PAINTBALL	RAFTING	KAYAK	ESCALADA
9:00 // 11:30	Bases teóricas: -Historia del deporte - Seguridad y rescate (nociones básicas) - Principales técnicas de barranquismo - Identificación y elección de rutas seguras. - Familiarización con el material	Bases teóricas: -Historia -Normativa de seguridad - Funcionamiento y reglas - Creación de escenarios y juegos en paintball comercial - Familiarización con el material	Bases teóricas: -Historia del deporte -Técnicas de seguridad -Técnicas, fases del paleo y coordinación -Dominio y conducción de la embarcación -Elección de trayectorias (Hidrografía)	Bases teóricas: -Historia del deporte -Técnicas de seguridad -Técnicas, fases del paleo y coordinación -Dominio y conducción de la embarcación -Elección de trayectorias (Hidrografía)	Bases teóricas: - Historia del deporte - Seguridad en pared - Niveles y tipos de vías -Principales técnicas de escalada -Familiarización con el material
11:30 // 12:00	DESCANSO				
12:00 // 12:30	Preparación de la actividad	Preparación de la actividad	Preparación de la actividad	Preparación de la actividad	Preparación de la actividad
12:30 // 14:30	Realización práctica de la actividad	Realización práctica de la actividad	Realización práctica de la actividad	Realización práctica de la actividad	Realización práctica de la actividad
14:30 // 15:00	Finalización de la actividad y recogida del material	Finalización de la actividad y recogida del material	Finalización de la actividad y recogida del material	Finalización de la actividad y recogida del material	Finalización de la actividad y recogida del material
	COMO ES UN CURSO EMINENTEMENTE PRÁCTICO DEBEMOS ASISTIR CON ROPA DEPORTIVA. EL MATERIAL ESPECÍFICO PARA CADA DEPORTE SERÁ PROPORCIONADO POR LA EMPRESA REALIZADORA				

Asesor de contacto: PABLO GULÍN DÍAZ // pablogulin@edu.xunta.es



centro autonómico
de formación e innovación