

CURSO	INSTRUCTOR/A DE AEROBIC/STEP		
DESCRIPCIÓN	Para todos/as aquellos que quieran conocer la actividad Aerobic/Step.		
CONTENIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Introducción al aeróbic y step y al entrenamiento aeróbico. - Cualidades y herramientas del instructor para dirigir un grupo. - La música. - Elementos coreográficos. - Estructura de una sesión de aeróbic y step. - Métodos de enseñanza del aeróbic. 		
OBJETIVO PRINCIPAL	<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir un dominio musical - Aprender a estructurar una sesión de aeróbic y step - Capacitar al alumno/a para impartir una sesión de aeróbic y step. 		
SECTOR DE POBLACIÓN	Cualquier persona interesada en dirigir sesiones de Aerobic/Step. Monitores del sector deportivo.	ESPACIOS DOCENTES	Polideportivo de Etxebarri
PERIODO DE PROGRAMACION	25,26 de Mayo y 8,9 de Junio de 2019	DIAS LECTIVOS	Sábados y Domingos
Nº SESIONES	32h	HORARIO	9 a 14h y 15 a 18h