

1. jardunaldia / 1º Jornada
Gomendio orokorretatik banakako planetara
De las recomendaciones generales a los planes individualizados

Otsailaren 16an ostegunean (teoriko-práktikoa)	Otsailaren 23an ostegunean (teorikoa-práktikoa)	Data/Fecha	16 de febrero jueves (teórico-práctica)	23 de febrero jueves (teórico-práctica)
Kirol Etxea Miribilla, Bilbo Martin Barua Picaza, 27,	Kirol Etxea Miribilla, Bilbo Martin Barua Picaza, 27,	Lekua Lugar	Kirol Etxea Miribilla, Bilbo Martin Barua Picaza, 27,	Kirol Etxea Miribilla, Bilbo Martin Barua Picaza, 27,
16:00etatik 19:00etara		Ordua Horario	De 16.00 a 19:00 horas	
Gorka Mutuberria Zabala. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako lizentziaduna. “Gorpuz eta Kirol ekintzen Sustapeneko teknikaria” goi mailako graduako irakaslea. (Harrobia Lanbide Ikastola) Alexander González Pérez. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako lizentziaduna. Jarduera Fisikoa eta Osasunako espezialista (Mugikon) Erreka Gil Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako lizentziaduna. UPV/EHU-ko ikertzailea jarduera fisikoaren neurketan eta intentsitatearen indibidualizazioan osasunaren sustapen eta gaixotasunen tratamendurako		Hizlariak Ponentes	Gorka Mutuberria Zabala. Licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte. Profesor del grado superior de “Técnico en actividades físico deportivas”. (Harrobia Lanbide Ikastola) Alexander González Pérez Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Especialista en Actividad Física y Salud. (Mugikon) Erreka Gil Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Investigador de la UPV/EHU en medición e individualización de la actividad física en prevención primaria y tratamiento de patologías crónicas.	
Jarduera fisikoaren eta kirolaren profesionalen ezagutaraztea zein garrantzitsua den gaitasun funtzionalaren eta osasunaren arteko harremana, eta profesional horiei ematea beren erabiltzaileen gradu funtzionala ezagutzeko eta kirolaren programa indibidualizatua egiteko beharrezkoak diren erremintak.		Helburua Objetivo	Dar a conocer a los profesionales de la actividad física y el deporte la importante relación entre la capacidad funcional y la salud, así como dotar a estos de las herramientas necesarias para conocer el grado funcional de sus usuarios/as y poder realizar un programa de ejercicio individualizado.	
Jardunaldiak hiru orduko 2 saio teoriko-práktikoak egingo dira..			La jornadas se llevaran a cabo en 2 sesiones teórico-prácticas de 3h., cada una.	
Otsailaren 14ra arte		Izena emateko epea Plazo inscripción	Hasta el 14 de febrero	
Doako sarrera Leku kopurua mugatua da.			Entrada gratuita Las plazas serán limitadas.	
kirolbide@bizkaia.net KIROLBIDE. Kultura eta Euskara Saila Errekalde zumarkalea, 30-1. 48009 Bilbo Tel.: 94.608.24.04 // 94.406.87.56. Faxa: 94.406.87.64		Inskripzio orria hona bidali: Remitir boletín de inscripción a:	kirolbide@bizkaia.net KIROLBIDE. Departamento de Euskera y Cultura Alda. Rekalde, 30-1º 48009 Bilbao Tel.:94.608.24.04 // 94406.87.56 Fax: 94.406.87.64	