

4. jardunaldia / 4º Jornada

Ariketa fisikoa eta birikietako gaixotasun buxatzaile kronikoa
Ejercicio físico en la enfermedad pulmonar obstructiva crónica

Azaroak 16 osteguna (teoriko-praktikoa)	Azaroak 23 osteguna (teorikoa-praktikoa)	Data/Fecha	16 de noviembre jueves (teórico-práctica)	23 de noviembre jueves (teórico-práctica)
Kirol Etxea <i>Miribilla, Bilbo</i> <i>Martin Barua Picaza,</i> <i>27,</i>	Kirol Etxea <i>Miribilla, Bilbo</i> <i>Martin Barua Picaza,</i> <i>27,</i>	Lekua Lugar	Kirol Etxea <i>Miribilla, Bilbo</i> <i>Martin Barua Picaza,</i> <i>27,</i>	Kirol Etxea <i>Miribilla, Bilbo</i> <i>Martin Barua Picaza,</i> <i>27,</i>
16:00etatik 19:00etara		Ordua Horario	De 16.00 a 19:00 horas	
Oskar Lacalzada Metola Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako lizentziaduna Osasunera eta patologia kronikoetara egokitutako jarduera fisikoko masterduna Jarduera Fisiko Egokituko teknikaria (Zuzenak KT, Vitoria-Gasteiz)		Hizlariak Ponentes	Oskar Lacalzada Metola Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el deporte Master de Actividad Física adaptada a la salud y a patologías crónicas Tecnico en Actividad Física Adaptada (C.D. Zuzenak, Vitoria-Gasteiz)	
• Ulertzea zer den BGBK eta nolako eragina duen maila funtzionalean • Jarduera fisikoak BGBKn dituen onurak • Egin beharreko jarduera fisiko mota.		Helburua Objetivo	• Entender qué es la EPOC y cómo afecta a nivel funcional • Beneficios de la Actividad Física en la EPOC • Tipo de Actividad Física a realizar.	
Jardunaldietan, bi saio teoriko-praktiko egongo dira; saio bakoitza 3 ordukoa izango da.			La jornadas se llevaran a cabo en 2 sesiones teórico-prácticas de 3h., cada una.	
azaroaren 14 arte		Izena emateko epea Plazo inscripción	Hasta el 14 de noviembre	
Doako sarrera Leku kopurua mugatua da.			Entrada gratuita Las plazas serán limitadas.	
kirolbide@bizkaia.eus KIROLBIDE. Kultura eta Euskara Saila Errekalde zumarkalea, 30-1. 48009 Bilbo Tel.: 94.608.24.04 // 94.406.87.56. Faxe: 94.406.87.64		Inskripzio orria hona bidali: Remitir boletín de inscripción a:	kirolbide@bizkaia.eus 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	