



Bizkaiko Foru
Aldundia
Diputación
Foral de Bizkaia

Kultura
Sala
Departamento
de Cultura

ARIKETA FISIKOA OSASUNGARRI: TEORIATIK PRAKTIKARA
EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD: DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA

4. Jardunaldia /4º Jornada

Aplicación de las bases del entrenamiento con personas mayores
Adinekoen entrenamenduko oinarriak aplikatzea.

Azaroaren 20an ostegunean (teoriko-praktikoa)	Azaroaren 27an ostegunean (teoriko-praktikoa)	Data/Fecha	20 de noviembre jueves (teórico-práctica)	27 de noviembre jueves (teórico-práctica)
Ibar Ezkerra Lanbide ikastola Miribilla, Bilbo Harrobi plaza, 4,	Ibar Ezkerra Lanbide ikastola Miribilla, Bilbo Harrobi plaza, 4,	Lekua Lugar	Ibar Ezkerra Lanbide ikastola Miribilla,Bilbao Plaza de la Cantera, 4	Ibar Ezkerra Lanbide ikastola Miribilla,Bilbao Plaza de la Cantera, 4
16:00etatik 19:00etara		Ordua Horario	De 16.00 a 19:00 horas	
Raúl Sanchez García. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako lizentziaduna. “Gorpuz eta Kirol ekintzen Sustapeneko teknikaria” goi mailako graduko irakaslea. (Ibar Ezkerra Lanbide Ikastola)		Hizlariak Ponentes	Raúl Sanchez García. Licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte. Profesor del grado superior de “Técnico en actividades físico deportivas”. (Ibar Ezkerra, Lanbide Ikastola)	
Gorka Mutuberria Zabala. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako lizentziaduna. “Gorpuz eta Kirol ekintzen Sustapeneko teknikaria” goi mailako graduko irakaslea. (Ibar Ezkerra Lanbide Ikastola)			Gorka Mutuberria Zabala. Licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte. Profesor del grado superior de “Técnico en actividades físico deportivas”. (Ibar Ezkerra Lanbide Ikastola)	
Establecer los fundamentos teórico-prácticos del entrenamiento con personas mayores		Helburua Objetivo	Pertsona nagusiekiko entrenamenduen kontzeptu teoriko-praktikoak ezartzea.	
Jardunaldiak hiru orduko saio bitan egingo dira, bakoitzean arlo bat praktikoa eta beste bat teorikoa burutuz.			La jornada se llevará a cabo en 2 sesiones de 3h., cada una de ellas constará de una parte teórica y otra práctica.	
Azaroaren 18a arte		Izena emateko epea Plazo inscripción	Hasta el 18 de noviembre	
Doako sarrera Leku kopurua mugatua da.			Entrada gratuita Las plazas serán limitadas.	
<u>kirolbide@bizkaia.net</u> KIROLBIDE Kirolen eta Gazteriaren Zuzendaritza Nagusia Errekalde zumarkalea, 30-1. 48009 Bilbao Tel.: 94.608.24.04 // 94.406.87.56. Faxa: 94.406.87.64		Inskripzio orria hona bidali: Remitir boletín de inscripción a:	<u>kirolbide@bizkaia.net</u> KIROLBIDE Dirección General de Deporte y Juventud Alda. Rekalde, 30-1º 48009 Bilbao Tel.:94.608.24.04 // 94406.87.56 Fax: 94.406.87.64	