

N2 WATERPOLO ESPECÍFICO 2019



MAIATZA						
Al	Ar	Az	Og	Os	Lr	Ig
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

EKAINA						
Al	Ar	Az	Og	Os	Lr	Ig
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Bloke espezifikoa: ON-LINE

	Lectura material y realización trabajos previos
	Cierre parte on-line

Bloke espezifikoa: PRESENCIAL

	1_Metodología
	2_Iniciación al waterpolo
	3_Reglamento y normativa de la competición
	4_Natación adaptada
	5_Preparación física en waterpolo de base
	Combinación de diferentes áreas

Exámenes

	CONVOCATORIA ORDINARIA
	CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

Dirección:

BEHEKOSOLOA KIROLDEGIA (LAURO IKASTOLA)
Goitiko-Antsobiaga Bidea, 2, 48180 Loiu

FORMACIÓN ON-LINE			
BLOQUE ESPECÍFICO			
08/05/2019	22/05/2019	1_Metodología	32,5 horas
08/05/2019	22/05/2019	2_Iniciación al waterpolo	17,5 horas
08/05/2019	22/05/2019	3_Reglamento y normativa de la competición	10 horas
08/05/2019	22/05/2019	5_Preparación física en waterpolo de base	20 horas
08/05/2019	22/05/2019	Entrega trabajos previos	00:00-23:59

FORMACIÓN PRESENCIAL		
BLOQUE ESPECÍFICO		
24/05/2019	1_Metodología (32,5 horas)	16:00-18:30
25/05/2019		15:00-17:00
26/05/2019		9:00-14:00/15:00-17:00
08/06/2019		9:00-14:00
15/06/2019		17:00-21:00
21/06/2019		16:00-21:00
22/06/2019		9:00-14:00
24/05/2019	2_Iniciación al waterpolo (17,5 horas)	18:30-21:00
08/06/2019		15:00-18:00
09/06/2019		9:00-14:00
15/06/2019		9:00-12:00/14:30-17:00
07/06/2019	3_Reglamento y normativa (10 horas)	16:00-21:00
14/06/2019		16:00-21:00
31/05/2019	4_Natación adaptada (20 horas)	16:00-21:00
01/06/2019		9:00-14:00/15:00-21:00
02/06/2019		9:00-12:30
02/06/2019	4_Natación adaptada	13:15 - 14:30
25/05/2019	5_Preparación física en waterpolo de base (20 horas)	9:00-14:00/17:00-21:00
08/06/2019		18:00-21:00
15/06/2019		12:00-13:30
16/06/2019		9:00-14:30
22/06/2019		15:30 - 16:45
22/06/2019	2_Iniciación al waterpolo	17:00 - 18:15
22/06/2019	5_Preparación física en waterpolo de base	18:30 - 19:45
22/06/2019	3_Reglamento y normativa de la competición	20:00 - 21:15
23/06/2019	CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA	15:00-21:00

* El calendario podría sufrir algún cambio. Se os irá informando en el transcurso del curso.