



CONCORDIA

Instructorado en **GIMNASIA AERÓBICA**

Cursos de especialización:
**LOCALIZADA
AERÓBICA
STEP
AEROBOX**



Representante en CONCORDIA
Rosana Cáceres



GYM DANCE
San Luis Nº 748 - Concordia
Tel.: (0345) 4225282 · 4223409 · 154020133



Instructorado en GIMNASIA AERÓBICA

Duración: 10 meses

Modalidad: Instructorado (Semipresencial)

Disertante: Entr. Diego Provinciani

TEMARIO:

TÉCNICA ESPECÍFICA:

AERÓBICA: Introdutorio – Música – Técnica de movimiento – Pasos Básicos y derivados – Metodologías: Suma y Corte - Aeróbica con estilo / **STEP:** Niveles Principiante e Intermedio – Patrones motores: Primera y Segunda Familia de movimientos – Travelling - Traslados – Metodologías: Estilo Libre y Estilo Coreografiado (Armado de secuencias 3x1 y 1x3) / **LOCALIZADA:** Niveles Principiante e Intermedio – Metodología de enseñanza - Técnica de ejercicios – Métodos de trabajo: Alternado por partes, Secuencial, Agonista/Antagonista – Estrategias de clase – Planificación de clases orientadas a la RML

ÁREA BIOLÓGICA:

ANATOMÍA - FISIOLÓGÍA

ÁREA HUMANÍSTICA:

PSICOLOGÍA SOCIAL - PEDAGOGÍA

INFORMACIÓN GENERAL:

CRONOGRAMA DE CLASES

27 de marzo · 24 de abril
29 de mayo · 26 de junio
17 de julio · 28 de agosto
25 de septiembre · 16 de octubre
13 de noviembre · 04 de diciembre

Sábado de 9:00 a 13:00 y 14:00 a 18:30hs

INVERSIÓN

\$100 inscripción + 10 cuotas de \$155

1 PAGO de \$1320 (bonificación \$330)

2 PAGOS de \$700 c/u (bonificación \$250)

CONSULTAS E INFORMES

escuelas@aerobicscenter.com.ar

BENEFICIOS ALUMNOS:

- Material teórico de la Técnica Específica (formato CD) de REGALO
- Precios promocionales en las actividades del gimnasio sede
- Atención personalizada vía mail: escuelas@aerobicscenter.com.ar
- Certificado de asistencia al finalizar el cursado
- Convenciones internacionales de MAYO y SEPTIEMBRE en Córdoba SIN COSTO
- Descuentos especiales en cursos y materiales complementarios de capacitación



Cursos de especialización AERÓBICA · STEP · LOCALIZADA · AEROBOX

Disertante: Entr. Diego Provinciani

PROGRAMA:

- **MARZO:**
LOCALIZADA: Tren superior con bandas elásticas
- **ABRIL:**
LOCALIZADA: Entrenamiento con pelotas
- **MAYO:**
LOCALIZADA: Entrenamiento con sillas
- **JUNIO:**
LOCALIZADA: Aero-Local
- **JULIO:**
LOCALIZADA: Ejercicios con barras y Supercarga
- **AGOSTO:**
STEP: Utilización de múltiples plataformas
- **SEPTIEMBRE:**
AERÓBICA: Utilización del step como elemento de enseñanza
- **OCTUBRE:**
AEROBOX: Utilización de elementos
- **NOVIEMBRE:**
AEROBOX: Estrategias y orientaciones grupales

INFORMACIÓN GENERAL:

CRONOGRAMA DE CLASES
27 de marzo · 24 de abril
29 de mayo · 26 de junio
17 de julio · 28 de agosto
25 de septiembre · 16 de octubre
13 de noviembre
Sábado de 17:30 a 20:30 hs

INVERSIÓN
\$100 por mes (todos los cursos)
Promo TODO EL AÑO \$750 (bonificación \$150)

CONSULTAS e INFORMES
escuelas@aerobicscenter.com.ar

BENEFICIOS ALUMNOS:

- Atención personalizada vía mail: escuelas@aerobicscenter.com.ar
- Certificado de asistencia al finalizar el cursado