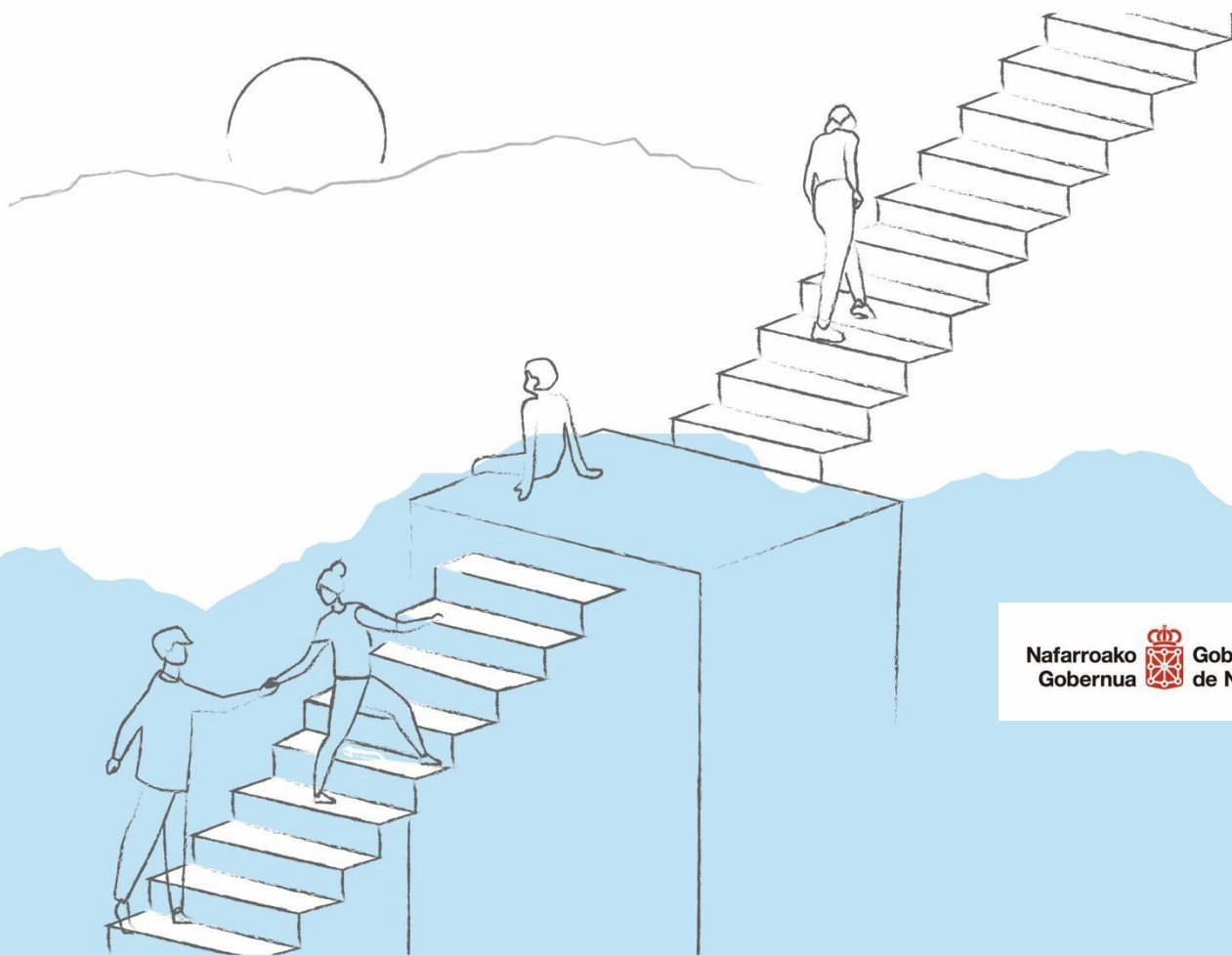


RODOIA

CURSO COFINANCIADO
POR EL SERVICIO NAVARRO DE EMPLEO
Y POR MINISTERIO DE TRABAJO Y
ECONOMÍA SOCIAL

PIFE MONITOR/A POLIVALENTE EN INSTALACIONES DEPORTIVAS



Nafarroako  Gobierno
Gobernua de Navarra



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE TRABAJO
Y ECONOMÍA SOCIAL

SERVICIO PÚBLICO
DE EMPLEO ESTADAL
SEPE
ESTATUO ENPLEGU
ZERBITZU PUBLIKOA



CURSO COFINANCIADO
POR EL SERVICIO NAVARRO DE
EMPLEO Y POR MINISTERIO DE
TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL

PIFE MONITOR/A POLIVALENTE EN INSTALACIONES DEPORTIVAS

🕒 Duración: 230 horas

🖥️ Modalidad: Presencial

📅 Fechas: Del 18 de diciembre al 23 de agosto
De lunes a viernes de 9:15h a 14:30h

📄 Inscripciones: comercialnavarra@rodoia.com - 690 981 219

📍 Lugar: Estella

👥 Dirigido a: Prioritariamente desempleados



Requisitos básicos

1. Personas desempleadas inscritas como demandantes de empleo en los servicios públicos de empleo.
2. Cumplir los requisitos establecidos en la normativa de aplicación para formalizar un contrato de formación en alternancia

Objetivo

Ejecutar, dirigir y dinamizar actividades con gimnasias suaves en grupo, a partir de la determinación inicial y periódica de las características, necesidades y expectativas de los componentes de dicho grupo. Realizar y dirigir entrenamientos personales o en grupo, aplicando los principios básicos del entrenamiento en suspensión (el peso del cuerpo y los brazos de palanca, y las posturas específicas y los agarres), y explorar y practicar técnicas para entrenar la fuerza, la resistencia, la coordinación, la rapidez y la flexibilidad para diferentes niveles de Fitness con el cuerpo en suspensión con material de cintas para el entrenamiento en suspensión. Ejecutar y dirigir rutinas de entrenamiento de musculación al ritmo de la música en una clase colectiva, por medio de una secuencia de ejercicios pre coreografiada así como ejercicios de tonificación muscular por medio de pesas con una ejecución del movimiento segura y eficaz. Determinar, dirigir y dinamizar sesiones de ciclo indoor, previa selección de la música y supervisión del correcto funcionamiento de las bicicletas, efectuando, en caso necesario, el mantenimiento operativo de las mismas. Realizar actuaciones de primeros auxilios en distintas situaciones que se puedan presentar en unas instalaciones deportivas. Se podrían intervenir en casos de intoxicaciones, traumatismos, heridas y hemorragias, inmovilizaciones, ahogamiento, quemaduras, etc.



Contenido

Gimnasias suaves

Entrenamiento en suspensión

Fitness colectivo con implementación de musculación

Ciclo indoor

Primeros auxilios en instalaciones deportivas

Formación complementaria

Además de la formación técnica, se impartirá la siguiente formación:

- Transformación digital y desarrollo sostenible (10h.)

Acompañamiento personalizado

El alumnado de este programa, además de la formación impartida, recibirá un acompañamiento personalizado a través de tutorías individuales y grupales para:

- Facilitar al máximo el aprovechamiento de la formación.
- Facilitar el desarrollo de competencias personales y laborales en función de las características de cada alumno/a. Estas competencias transversales podrán ser: comunicación lingüística, competencia matemática, competencias básicas en ciencia y tecnología, competencias sociales y



cívicas, espíritu emprendedor, conciencia y expresiones culturales, liderazgo, influencia, negociación, toma de decisiones y actitud, autoconocimiento y autoconfianza, adaptación al cambio, iniciativa, automotivación, aprender a aprender, creatividad, comunicación, trabajo en equipo y resolución de problemas.

- Fomentar la contratación al finalizar el programa

INFORMACION DE INTERES:

- Gestión de los contratos de formación en alternancia e inserción (Intermediación).
- La duración del contrato de formación en alternancia será de 3 meses.

**Según el número de inscripciones al PIFE, el centro podrá realizar una selección de alumnado. Dicha selección se podrá realizar mediante prueba escrita y entrevista personal con cada candidata y candidato.*



Pamplona – 690 981 219 - 948 78 90 43
comercialnavarra@rodoia.com – www.rodoia.com

