

Instructor/a d'Esquí de Muntanya

Durada: el curs té una càrrega lectiva de 85 hores teòric – pràctiques. Un cop finalitzat i superat el curs cal fer el 90 hores de pràctiques (60 hores en activitats de l'entitat i 30 hores en activitats de la FEEC).

Continguts:

- Coneixement del medi
- Legislació
- Psicologia i dinàmica de grups
- Planificació d'activitats i disseny de sessions
- Material i equipament per l'esquí de muntanya
- Nutrició
- Meteorologia
- Nivologia i avaluació del risc d'allaus
- Primers auxilis
- Tècniques de seguretat
- Processos d'aprenentatge de les tècniques d'ascens
- Processos d'aprenentatge de les tècniques de descens
- Entrenament adaptat a l'esquí de muntanya
- Orientació – Elecció i graduació de la dificultat de l'itinerari

La resta d'informació com el calendari, lloc, preu, etc. S'especificarà en cada convocatòria de curs.