

FORMANDO PROFESIONALES

Referentes en Baleares

1993

Inicio de la especialidad
Ed. Física en Educación

2016

Inicio del grado
CAFYD

CONVENIOS DE PRÁCTICAS

+100

Nº PLAZAS

50

SÉ TU MEJOR VERSIÓN

Cursa el Diploma de Habilidades Personales

NO ERES UN NÚMERO MÁS

Atención individualizada y tutores de carrera

MÁS INFO: cesag.org/actividadfisica-deporte

Actividad
acuática
gratuita



PROGRAMA APRENDIZAJE POR SERVICIO

Nadando hacia nuevas oportunidades

FECHA DE INICIO:

6/03/2024

FECHA FIN:

10/05/2024

DÍAS:

**Miércoles y viernes,
de 13 a 14 h**

LUGAR:

**Piscinas Municipales
de Son Moix**

cesag.org



Centro adscrito
a la Universidad
Pontificia Comillas

Costa de Saragossa, 16
07013 Palma de Mallorca
T (34) 971 792 818 — ag@cesag.org



CESAG



INFORMACIÓN DEL PROGRAMA

Objetivos

- Mejorar las competencias acuáticas.
- Mejorar la condición física en general.
- Mejorar las habilidades y competencias de inclusión social.

Contenidos de las sesiones

- Ejercicios y actividades de familiarización con el medio acuático (mejorar la flotación, propulsión, desplazamientos y estilos de natación).
- Ejercicios y actividades para mejorar la condición física (entrenamiento de fuerza, resistencia y flexibilidad en la piscina).

Dirigido por:

Estudiantes universitarios de segundo curso del grado de Ciencias de la Actividad Física y Deporte (CAFYD).

DIRIGIDO A

Todas las personas pertenecientes a los programas de acción social de Cáritas.

REQUISITOS

Estar empadronados en Palma.
Rellenar el cuestionario de inscripción:
<https://shorturl.at/jFIJ4>

