

# ***CURSO DE FORMACIÓN DE AQUAFITNESS***

## ***Contenidos:***

- Respuestas y adaptaciones del organismo al ejercicio físico en el medio acuático.
- Introducción de las nuevas tendencias y materiales en el medio acuático.
- Planificación *a corto* (sesión) y *medio plazo* (trimestre) de las sesiones dirigidas de Aquafitness.
- Sesión teórico práctica de cómo elaborar dicha planificación, ficha de sesión, tipos de ejercicios, clasificación según objetivos....
- Estrategia de Marketing para la introducción de la actividad en nuestra carta de servicios, a que público va dirigida, cómo orientar la práctica según espacios disponibles y materiales....
- Características técnicas de la instalación y decálogo para una óptima gestión.