

2on NIVELL (MITJA MUNTANYA) – 2020 – IES ALT BERGUEDA HORARIS DEL BLOC ESPECÍFIC DE TÈCNIC ESPORTIU

* Dilluns 24 de FEBRER a les 08:45 : Presentació del curs - (P) : Pràctica

Primer Bloc

Cordinador del Bloc Específic: Ferran Martínez (T. 627185053)

DILLUNS 24 FEBRER	DIMARTS 25 FEBRER	DIMECRES 26 FEBRER	DIJOUS 27 FEBRER	DIVENDRES 28 FEBRER	
PRESENTACIÓ (8:45-9h.)	DESENV. PROFESS. (8-9h.)		PROGRESSIÓ I ORIENTACIÓ (8-11h.)	F.T. + COND. + SEG. (P) 6h.	
CONDUCCIÓ (9-11h.)	ENTRENAMENT (9-11h.)	SEGURETAT (Perills i supervivència) (9-11h.)			
ESMORZAR (11:00-11:30h.)					
TÀCTICA (11:30-14:30h.)	EQUIP I MATERIAL (11:30-14:30h.)	ENTRENAMENT (11:30-14:30h.)	PROGRESSIÓ (11:30-12:30h.)		
			MEDI (12:30-13:30h.)		
			METEO (13:30-14:30h.)		
DILLUNS 2 MARÇ	DIMARTS 3 MARÇ	DIMECRES 4 MARÇ	DIJOUS 5 MARÇ	DIVENDRES 6 MARÇ	
	MEDI (Nivologia i allaus) (8-9h.)		F.T. + COND. + SEG. (P) (Bivac amb tenda/neu) 8h.	F.T. + COND. + SEG. (P) (Bivac amb tenda/neu) 8h.	
DIDÀCTICA (9-11h.)	SEGURETAT (Nivologia i allaus) (9-11h.)	MEDI (P) (Sortida Nivologia i allaus) 6h.			
ESMORZAR (11:00-11:30h.)					
ENTRENAMENT (11:30-14:30h.)	SEGURETAT (Nivologia i allaus) (11:30-14:30h.)				
DILLUNS 9 MARÇ	DIMARTS 10 MARÇ	DIMECRES 11 MARÇ	DIJOUS 12 MARÇ	DIVENDRES 13 MARÇ	
F.T. + COND. + SEG. (P) (Sortida amb raquetes) 4h.	SEGURETAT (P) (Nivologia i allaus) 6h.		F.T. + COND. + SEG. (P) (Bivac amb neu) 4h.	DESENVOLUPAMENT PROFESSIONAL (9-11h.)	
		ESMORZAR (11:00-11:30h.)		ENTRENAMENT (11:30-13:30h.)	
DILLUNS 16 MARÇ	DIMARTS 17 MARÇ	DIMECRES 18 MARÇ	DIJOUS 19 MARÇ	DIVENDRES 20 MARÇ	
AVALUACIÓ F.T. (10-11h.)		F.T. + COND. + SEG. (P) (Avaluació pràctica) 8h.	F.T. + COND. + SEG. (P) (Avaluació pràctica) 8h.	F.T. + COND. + SEG. (P) (Avaluació pràctica) 4h.	
ESMORZAR (11:00-11:30h.)					
AVALUACIÓ MEDI (Nivologia i allaus) (9-11h.)					RESERVA AVALUACIÓ PRÀCTICA
DILLUNS 23 MARÇ	DIMARTS 24 MARÇ	DIMECRES 25 MARÇ	DIJOUS 26 MARÇ	DIVENDRES 27 MARÇ	
AVALUACIONS EXTRAORDINÀRIES					

* (P) : Pràctica

Segon Bloc

Cordinador del Bloc Específic: Ferran Martínez (T. 627185053)

DILLUNS 4 MAIG	DIMARTS 5 MAIG	DIMECRES 6 MAIG	DIJOUS 7 MAIG	DIVENDRES 8 MAIG
TÀCTICA (9-11h.)	PSICOLOGIA (9-11h.)	SEGURETAT (P) (Recursos amb cordes) 6h.	CONDUCCIÓ (8-11h.)	SORTIDA (P) (Progressió i orientació) 4h.
ESMORZAR (11:00-11:30h.)			ESMORZAR (11:00-11:30h.)	
PSICOLOGIA (11:30-14:30h.)	PSICOLOGIA (11:30-13:30h.)		TÀCTICA (11:30-14:30h.)	SEGURETAT (Lesions) (2h.)
DILLUNS 11 MAIG	DIMARTS 12 MAIG	DIMECRES 13 MAIG	DIJOUS 14 MAIG	DIVENDRES 15 MAIG
MEDI (9-11h.)	MEDI (Meteorologia) (9-11h.)	D.P(9-11h.)	SEGURETAT + MEDI (P) 6h.	F.T. + COND. + SEG. (P) (Excursió) 5h.
ESMORZAR (11:00-11:30h.)				
DESENVOLUPAMENT PROFESSIONAL (11:30-14:30h.)	DESENVOLUPAMENT PROFESSIONAL (11:30-13:30h.)	PSICOLOGIA (11:30-14:30h.)		
DILLUNS 18 MAIG	DIMARTS 19 MAIG	DIMECRES 20 MAIG	DIJOUS 21 MAIG	DIVENDRES 22 MAIG
ENTRENAMENT (P) 4h.	F.T. + COND. + SEG. (P) (Ascensió) 7h.	AVALUACIÓ PROVA D'ORIENTACIÓ (P) (2h.)	AVALUACIÓ CM. (8-9h.)	F.T. + COND. + SEG. (P) (Avaluació pràctica) 7h.
			AVALUACIÓ F.T. (9-10h.)	
			ESMORZAR (11:00-11:30h.)	
AVALUACIÓ SEG. (10-11h.)				
DILLUNS 25 MAIG	DIMARTS 26 MAIG	DIMECRES 27 MAIG	DIJOUS 28 MAIG	DIVENDRES 29 MAIG
AVALUACIONS EXTRAORDINÀRIES				