



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

CURSO DE ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

FECHAS

- Formación presencial: sábado 7 de marzo de 2020. (Bloque específico)*.
- Formación on-line: del 8 de marzo al 4 de abril de 2020 (Bloque común y bloque específico).
- Resolución de dudas: martes 14 de abril de 2020.
- Examen: sábado 25 de abril de 2020 en Hotel Lozano. Avenida Principal 2. 29200 Antequera (Málaga).

*La asistencia a las sesiones **NO** será obligatoria. Las sesiones online quedarán grabadas para que el alumno pueda visualizarlas posteriormente cuando lo desee (la clase presencial NO queda grabada por motivos logísticos).

LUGAR DE CELEBRACIÓN

Clase presencial: Hotel Lozano. Avenida Principal 2. 29200 Antequera (Málaga).
On-line: indispensable ordenador y conexión a internet.

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

Participación abierta a todas aquellas personas que ya dispongan de la titulación de Nivel I y aquellas con el examen teórico superado con la calificación de APTO de la reciente convocatoria de 2019.

Los diplomados o grado en Magisterio Educación Física y los licenciados o grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte pueden acceder a la realización del curso de nivel II y tienen convalidado el bloque común presentando fotocopia compulsada de los documentos: título y certificado académico.

También podrán acceder a este curso:

- a) Los corredores que hayan sido declarados Deportistas de Alto Nivel, conforme a lo establecido en el Real Decreto 1467/1997, de 19 de septiembre, sobre deportistas de alto nivel y Normas que lo desarrollen.
- b) Los corredores Élite y Sub23 que hayan sido, al menos, tres veces internacionales con la selección nacional en JJOO o Campeonatos del Mundo.



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

- c) Los corredores que hayan tenido licencia de corredor GS/I, GS/II, o GS/III, y desde 1 de enero de 2005, en equipos UCI WorldTeam, profesional continental o continental UCI de carretera, equipos UCI de mountain bike, o UCI élite de mountain bike, equipos UCI de pista, durante al menos dos temporadas seguidas; y las corredoras élite y sub-23 que hayan tenido licencia en un equipo UCI femenino durante al menos dos temporadas.

****Las personas que se acojan a alguno de los tres epígrafes anteriores deberán remitir documentación oficial donde se compruebe su condición como tal.***

INSCRIPCIÓN E INFORMACIÓN

Las inscripciones se podrán formalizar a través del **formulario** habilitado en el apartado 'Formación' de la web de la Federación Andaluza de Ciclismo.

El plazo de inscripción finaliza 3 días antes de la celebración del curso.

MATRÍCULA

El precio total del curso es de:

390 euros para federados con licencia/carnet en vigor en 2020.

440 euros para no federados.

Los diplomados y graduados en Educación Física, así como los licenciados y graduados en Ciencias de la Actividad Física y Deporte tendrán una reducción de 50 € sobre el coste total del curso por convalidación del bloque común (siempre y cuando presenten correctamente la documentación requerida antes del inicio del curso). *Estos alumnos deberán primero inscribirse y dejar la misma pendiente de pago, posteriormente enviar la documentación requerida y finalmente, una vez revisada esta, hacer el pago una vez le sea comunicado.*

En el precio total del curso **se incluye:**

- La expedición del título de la Real Federación Española de Ciclismo (coste de 60€ incluido).
- La comida de la sesión presencial del día 7 de marzo de 2020.

El pago se ejecutará exclusivamente por pasarela TPV mediante tarjeta de crédito a través del formulario web habilitado a tal efecto.



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

DOCUMENTACIÓN A PRESENTAR

Se deberá enviar a la dirección de email formacion@andaluciacyclismo.com la siguiente documentación:

- Fotocopia o imagen digitalizada del DNI (**solo en el caso de los no federados**).
- Los diplomados y grado en Magisterio Especialidad Educación Física, así como los licenciados y grado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte: fotocopia compulsada del título y fotocopia compulsada del certificado académico.
- Los federados o poseedores del Carnet Ciclista no tienen que enviar documentación alguna.

NORMATIVA RELATIVA A LA CELEBRACIÓN DEL CURSO

ASISTENCIA

El curso se desarrollará mediante la asistencia presencial de un día. Se realizará en sábado con horario de 9 a 21h. El almuerzo en esta sesión está incluido en la inscripción.

El resto de formación se realizará de forma on-line mediante la plataforma GoToMeeting. Las franjas horarias donde se llevarán a cabo estas clases serán: sábados y domingos de 16 a 21 h y martes y jueves de 20 a 22 h (horarios aproximados).

La asistencia NO será obligatoria a ninguna de las sesiones. Las sesiones on-line quedarán grabadas y estarán a disposición del alumno en su zona privada, junto a la documentación de las presentaciones de cada asignatura. La sesión presencial, a consecuencia de la logística, no podrá ser grabada.

EXAMEN

Se realizará una convocatoria de examen presencial el sábado 25 de abril en el Hotel Lozano de Antequera (Málaga) en horario de 11 a 14h. La calificación será de Apto o No Apto. Tendrá una duración aproximada de 3h y será tipo test con una respuesta válida de cuatro posibles opciones. Las respuestas mal no restan.

Se realizará una convocatoria extraordinaria de recuperación por asignaturas para aquellos alumnos que no superen el primer examen. Este examen también será presencial y se avisará con tiempo suficiente a los que deban realizarlo.

La no presentación al examen presencial impide realizarlo en la convocatoria extraordinaria por asignaturas (salvo justificación presentada antes de la fecha de



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

la convocatoria presencial y aprobación por parte del Área de Formación de la FAC).

Será requisito indispensable la superación de todas las asignaturas para la obtención del título.

PERIODO DE PRÁCTICAS

La formación práctica se realizará una vez superado el examen y obtenida la calificación de Apto.

El periodo de formación práctica tendrá una duración mínima de **200 horas**. Se realizará en entidades públicas o privadas relacionadas con el ciclismo, pudiendo ser clubes dados de alta en la Federación Andaluza de Ciclismo (o en otra federación autonómica) y con licencia federativa en vigor para el año en el que se firmen y entreguen las prácticas. Será el propio alumno el encargado de gestionar las prácticas con la entidad/club que considere oportuno.

El periodo mínimo para la entrega del certificado de prácticas se establece en 2 meses (a contar desde la fecha de publicación de calificaciones). El máximo será de 1 año (a contar desde la fecha de publicación de calificaciones). Cualquier certificado entregado con posterioridad a ese plazo no será admitido.

Al finalizar el periodo de prácticas se deberá enviar el certificado de prácticas original por correo ordinario a la sede central de la Federación Andaluza de Ciclismo. Dirección postal: C/ Mar del Norte, 3. C.P.11407, Jerez de la Frontera (Cádiz). Esta es la única forma de entregarlo, no siendo admitido aquellos enviados por correo electrónico.

Las funciones y horarios de cada alumno en prácticas en el club de ciclismo elegido para la obtención de la certificación práctica serán determinadas mediante consenso previo entre el alumno en prácticas y el club/entidad de referencia. Se podrá desempeñar cualquier función que se estime conveniente, siempre y cuando no se sustituya la figura de un representante del propio club.

MATERIAL DEL CURSO

Los asistentes al curso recibirán:

- Maletín.
- Carpeta y folios.
- Bolígrafo.
- Documentación impresa de la sesión presencial.
- Acceso a zona privada para visualización de contenidos y sesiones grabadas.
- Comida de sesión presencial.



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

HORARIO

Presencial	Sábado 7 marzo	Reparto material 8.30-9,00h	Presentación 9h	Biomecánica II 9:30-11:30h	Biomecánica II 12.00-14.h	Comida (incluida en el curso) 14 -15:30h	Carretera II: técnica, táctica y reglamento 15:30 – 18:30	Pista II: técnica, táctica y reglamento 19:00-21:00	
						On-line	Domingo 8 marzo	Anatomía II 16-18h	Nutrición Deportiva II 18-20h
On-line	Martes 10 marzo	Bases de la Fisiología del ejercicio aplicada al ciclismo 19-22h				On-line	Jueves 12 marzo	Parte I - Entrenamiento específico en ciclismo: entrenamiento por potencia y trabajo de fuerza. Entrenamiento con potenciómetro. 19 a 22h	
On-line	Sábado 14 marzo	BMX II: técnica, táctica y reglamento 10-12h	Triabici II: técnica, táctica y reglamento 12-14h			On-line	Domingo 15 marzo	Gadget del entrenamiento. Avances e innovaciones 19-21h	
On-line	Martes 17 marzo	Parte II - Entrenamiento específico en ciclismo: entrenamiento por potencia y trabajo de fuerza. Entrenamiento con potenciómetro. 20 a 22h				On-line	Jueves 19 marzo	Relación coach-deportista 20-22h	
On-line	Sábado 21 marzo	Diseño de programas de entrenamiento 17-19h	Imagen corporativa. Patrocinio y Marketing 19-21h			On-line	Domingo 22 marzo	Enseñanza metodológica del ciclismo II 18-19h	Fisioterapia II 19-21h
On-line	Martes 24 marzo	Comunicación y Redes Sociales aplicadas al Ciclismo II 19-21h	Organización y promoción de eventos ciclistas 21-22h			On-line	Jueves 26 marzo	Teoría y práctica del entrenamiento deportivo 19-22h	
On-line	Sábado 28 marzo	Ciclismo femenino II 17-19h	Ciclismo adaptado: técnica, táctica y reglamento 19-21h			On-line	Domingo 29 marzo	Plataformas de seguimiento del entrenamiento 17-20h	
On-line	Martes 31 marzo	BTT II: técnica, táctica y reglamento 19-22h				On-line	Jueves 2 abril	Ciclocrós II: técnica, táctica y reglamento 19-21h	Seguridad vial y ciclismo. Cicloturismo 21-22h
On-line	Sábado 4 abril	Psicología deportiva 17-19h							
On-line	Martes 14 abril	Resolución de dudas del examen 19-21h				Presencial	Sábado 25 abril	Examen teórico (convocatoria ordinaria) 11.00-14.00h.	

*El horario podrá sufrir modificaciones parciales en función de las necesidades docentes.
Asignaturas bloque común Asignaturas bloque específico



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

ESPECIFICACIONES DOCENTES

Bloque Común		
Bases del comportamiento y aprendizaje deportivo	Profesor	Horas
Psicología	Doña Cristina Molina Hidalgo	2
Fisioterapia II	D. Ignacio Navarro Navarro	2
Fundamentos Biológicos		
Bases de la Fisiología del ejercicio aplicada al ciclismo	D. Mikel Zabala Díaz	3
Anatomía II	D. Cristóbal Sánchez Muñoz	2
Nutrición II	D. Cristóbal Sánchez Muñoz	2
Teoría y práctica del entrenamiento deportivo		
Teoría y práctica del entrenamiento deportivo	D. Javier Macías Bonaño	3
Diseño de programas de entrenamiento	D. Manuel García García	2
Bloque Específico		
Especialidades ciclistas		
Carretera II: técnica, táctica y reglamento	D. Cristian García Martínez	3
BTT II: técnica, táctica y reglamento	D. Javier Macías Bonaño	3
BMX II: técnica, táctica y reglamento	D. Manuel Mateo March	2
Trialbici II: técnica, táctica y reglamento	D. Manuel Mateo March	2
Pista II: técnica, táctica y reglamento	D. Cristian García Martínez	2
Ciclocrós II: técnica, táctica y reglamento	D. Javier Macías Bonaño	2
Ciclismo Femenino II		
	Doña. Gema Pascual	2
Biomecánica II		
	D. Javier Sola López	4
Metodología de las enseñanzas del ciclismo		
Seguridad vial y ciclismo. Cicloturismo	D. Javier Macías Bonaño	1
Enseñanza metodológica del ciclismo II	D. Cristian García Martínez	1
Entrenamiento específico del ciclismo		
Gadget del entrenamiento. Avances e innovaciones	D. Manuel Mateo March	2
Relación coach-deportista	D. Mikel Zabala Díaz	2
Entrenamiento específico en ciclismo: entrenamiento por potencia y trabajo de fuerza. Entrenamiento con potenciómetro.	D. Mikel Zabala Díaz	5
Plataformas de seguimiento del entrenamiento	D. Manuel García García	3
Ciclismo Adaptado		
Adaptado: técnica, táctica y reglamento	D. Félix García Casas	2
Organización deportiva		
Imagen corporativa. Patrocinio y Marketing	D. José María Miras	2
Comunicación y Redes Sociales aplicadas al Ciclismo II	D. Jaime Durán Cutilla	2
Organización y promoción de eventos ciclistas	D. Jaime Durán Cutilla	1



FEDERACIÓN ANDALUZA DE CICLISMO

ÁREA DE FORMACIÓN-CURSO ENTRENADOR DEPORTIVO DE CICLISMO NIVEL II

RESUMEN

Clase presencial	1 sábado en horario de 9 a 14:30 y de 15:30 a 21 horas con comida incluida . Sábado 7 de marzo. Bloque específico.
Clases on-line	Martes y jueves de 19 a 22 horas. Sábados y domingos de 16 a 21 horas. (Franjas horarias aproximadas, podrían variar)
La asistencia NO será obligatoria a ninguna sesión	
Examen	3h. Presencial. Con calificación Apto o No Apto. Existirá convocatoria ordinaria y convocatoria extraordinaria por asignaturas en caso que se suspenda alguna..
Periodo de prácticas	200h. en un club de ciclismo.

Carga lectiva compuesta por un total de 65 horas dividida en:	
Bloque común: 16 horas	
Bloque específico: 41 horas	
Resolución de dudas y examen: 8h (incluye horas examen extraordinario)	
Acceso a plataforma	Ilimitado mientras el alumno esté de alta en la plataforma con: -Diversos contenidos específicos por asignaturas que irá subiendo el profesorado. -Acceso a los vídeos y contenido visualizado durante el curso para repaso.

CRONOGRAMA

Marzo		Abril		
Comienzo de curso con clase presencial	Continuación con clases on-line	Examen teórico	Prácticas 200h	Obtención de la titulación de Entrenador Deportivo de Ciclismo Nivel II