

Formação Livre • Lisboa

SURF – ANÁLISE DA PERFORMANCE E TREINO DA TÉCNICA – ALJEZUR



Direção

Sandro Maximiliano
treinadores.surf@ulusofona.pt

Secretariado

Inês Sousa
secretariado.ilutd@ulusofona.pt

Duração

0 Anos

Créditos

0 ects

Apresentação

Guide Lines do Programa: - modelos de intervenção para a observação do treino: estrutura, diagnóstico, intervenção; - análise da tarefa: a leitura da onda, as técnicas corpo/prancha; - técnica base, técnicas de viragem na parede, na base e no topo da onda; - técnicas de deslize por cima e por dentro da onda; - o desempenho do treinador e as técnicas de análise vídeo.

PLANO DE ESTUDOS

1º Ano / Tronco comum

Anual

ects

Surf - Análise da Performance e Treino da Técnica

0

Linha direta
para o teu futuro



963 640 100



217 515 500



info@ulusofona.pt



@u.lusofona.pt

WWW.ULUSOFONA.PT