



## SURF-eko ENTRENATZAILE IKASTAROA (Gipuzkoa) I. MAILAko BLOKE ESPEZIFIKOA

**Hizkuntza:** Gaztelania

### SARRERA FROGA

#### Igeriketa froga

Urtarrilak 16

Zarauzko Udal Kirolegia

09:00etatik 11:00etara

Frogaren ezaugarri orokorrak:

- 400 metro igeri 8'.
- 50 metro estilo librean 35'.
- 25 metro urpetik.
- Zutikako flotazioan iraun 3'.

#### Surfeko froga

Urtarrilak 16

Zarauzko Surf Elkarte

12:00etatik 14:00etara

Baldintza egokiak ez badaude, frogak atzeratzen joango dira ondorengo egunetara:

Urtarrilak 23

Zarauzko Surf Elkarte

10:00etatik 13:00etara eta 15:00etatik 17:00etara

Urtarrilak 30

Zarauzko Surf Elkarte

10:00etatik 13:00etara eta 15:00etatik 17:00etara

Frogaren ezaugarri orokorrak:

- Arraunean olatuaren pkoraino iritsi
- Olatua tablan etzanda jaitsi
- Olatua zutik jaitsi eta uretzera iritsi aparrean norabidea aldatetak eginez
- Olatuaren ezker bidean oinarritzko bonbeoa egin
- Olatuaren eskuin bidean oinarritzko bonbeoa egin
- Olatuaren paretean oinarritzko surf maniobra bat egin

Froga guztiak gainditu behar dira

### BLOKE ESPEZIFIKOA eta PRAKTIKALDIA

**Datak:**

ASTE	HILE	al	as	az	og	os	la
1. as tea	Otsaila				4	5	6
2. as tea	Otsaila			10	11	12	13
3. as tea	Otsaila			17	18	19	20
4. as tea	Otsaila				25	26	27
5. as tea	Marxoa				4	5	6
6. as tea	Marxoa				11	12	13
7. as tea	Marxoa				18	19	20
8. as tea	Marxoa			24	25	26	27

**Praktikaldia:** Apirilaren 1etik urriaren 30era

Behin betiko egutegi-ordutegia klaseko lehen egunean banatuko da

## CURSO DE ENTRENADORA/ EN SURF (Gipuzkoa) BLOQUE ESPECÍFICO de NIVEL I

**Idioma:** Castellano

### PRUEBA DE ACCESO

#### Prueba de natación

16 de enero

Polideportivo Municipal de Zarauz

De 09:00 a 11:00

Características generales de la prueba:

- Nadar 400 metros en 8'.
- Hacer 50 metros en estilo libre.
- 25 metros en apnea.
- Aguantar la flotación vertical durante 3'.

#### Prueba de surf

16 de enero

Zarauzko Surf Elkarte

De 12:00 a 14:00

Si las condiciones no son adecuadas, las pruebas se irán atrasando a los siguientes días:

23 de enero

Zarauzko Surf Elkarte

De 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 17:00

30 de enero

Zarauzko Surf Elkarte

De 10:00 a 13:00 y de 15:00 a 17:00

Características generales de la prueba:

- Llegar remando al pico de las olas
- Bajar la ola tumbado en la tabla
- Bajar la ola de pie y realizar cambios de dirección en la espuma hasta la orilla
- Realizar un bombeo básico en la pared izquierda de la ola
- Realizar un bombeo básico en la pared derecha de la ola
- Realizar una maniobra básica de surf en la pared de la ola

Se deben superar todas las pruebas

### BLOQUE ESPECÍFICO y PRÁCTICAS

**Fechas:**

SEM	SEM	l	m	x	j	v	s
Sem. 1	Feb				4	5	6
Sem. 2	Feb			10	11	12	13
Sem. 3	Feb			17	18	19	20
Sem. 4	Feb				25	26	27
Sem. 5	Marzo				4	5	6
Sem. 6	Marzo				11	12	13
Sem. 7	Marzo				18	19	20
Sem. 8	Marzo			24	25	26	27

**Periodo de prácticas:** Del 1 de abril al 30 de octubre

El horario-calendario definitivo se dará el primer día de clase

**Tokia:** Zarauzko Udal Kiroldegia

**Iraupena:**

**Bloke Espezifikoa:** 78 ordu

**Praktikaldia:** 150 ordu

Beharrezkoa da bloke komuna eta espezifikoa gaindituta izatea praktikaldiarekin hasteko

**Edukiak:**

ARLOA	ORDUAK
Prestakuntza teknikoa, taktika eta araudiak	12
Joka-moldearen didaktika	35
Segurtasuna eta higiena	24
Lanbide-garapena	7

Bi azterketa deialdi egongo dira arlo bakoitzeko: ohikoa eta ezhoikoa

**Izen-emateak:**

*Izen-emate orria fax edo e-mailez bidali*

EHSF

Julian Gaiarre 44

48004 Bilbao

Tel: 944735125 / Fax: 944735253

E-mail: [ehsf@euskalsurf.com](mailto:ehsf@euskalsurf.com)

[www.euskalsurf.com](http://www.euskalsurf.com)

**Ikasle kopurua:** Gutxienez 10 eta gehienez 20

**Ordaindu beharrekoa:**

Sarrera froga.....20€

Bloke Espezifikoa / Praktikaldia.....350€

**Sarrera baldintzak:**

- Bloke komuna gaindituta izatea edo matrikulatua egotea
- 16 urte beteak izatea
- Bigarren Hezkuntzan Graduatu titulua ziurtatzea edo ondorio akademiko baliokidea duen beste titulazio bat
- Lizentzia federatiboa eguneratuta izatea
- Sarrera frogak gainditzea

**Aurkeztu beharrekoko dokumentazioa:**

Ondorengo dokumentuen kopia, jatorrizko dokumentuarekin batera klaseko lehen egunean edo lehenago aurkeztu beharko dira bere erkaketarako

- Izen-emate orria
- Bankuko ziurtagiria
- NAN fotokopia
- Lizentziaren kopia
- Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako titulua
- Bloke komunaren gainditze ziurtagiria

**Bloke Espezifikoaren gainditze ziurtagiria lortzeko ezinbestekoa da asistentziaren %80a betetzea eta arlo bakoitzeko azterketa gainditzea**

**Lugar:** Polideportivo Municipal de Zarauz

**Duración:**

**Bloque Específico:** 78 horas

**Periodo de Prácticas:** 150 horas

Es imprescindible superar el bloque común y específico para comenzar el periodo de prácticas

**Contenidos:**

ÁREA	HORAS
Formación técnica, táctica y reglamentos	12
Didáctica de la especialidad	35
Seguridad e higiene	24
Desarrollo profesional	7

Habrà dos convocatorias de examen en cada àrea: ordinaria y extraordinaria

**Inscripción:**

*Enviar la hoja de inscripción por fax o e-mail*

EHSF

Julian Gaiarre 44

48004 Bilbao

Tel: 944735125 / Fax: 944735253

E-mail: [ehsf@euskalsurf.com](mailto:ehsf@euskalsurf.com)

[www.euskalsurf.com](http://www.euskalsurf.com)

**Nº de plazas:** Mínimo 10 y máximo 20

**Importe a pagar:**

Prueba de acceso.....20€

Bloque Espezifikoa / Prácticas.....350€

**Condiciones de acceso:**

- Tener superado o estar matriculado en el bloque común
- Tener cumplidos 16 años
- Acreditar el título de Graduado en Educación Secundaria o titulación equivalente a efectos académicos
- Tener licencia federativa en vigor
- Superar las pruebas de acceso

**Documentación a presentar:**

La copia de los siguientes documentos, deberá ser presentada junto al original para su cotejo, antes del inicio del curso o en el primer día del mismo

- Copia de la licencia
- Abonaré bancario
- Fotocopia del DNI
- Fotocopia de la licencia
- Título de Educación Secundaria Obligatoria
- Certificado de superación del bloque común

**Para la obtención del certificado de superación del Bloque Espezifikoa es imprescindible la asistencia en un 80%, así como aprobar el examen de cada área**



**EUSKAL HERRIKO SURF FEDERAZIOA**  
 Julián Gaiarre 44 48004 Bilbao  
[ehsf@euskalsurf.com](mailto:ehsf@euskalsurf.com)  
[www.euskalsurf.com](http://www.euskalsurf.com)  
 Tel: 94 473 51 25  
 Fax: 94 473 52 53

Erakunde laguntzailea / Entidad colaboradora

Erakunde sustatzailea / Entidad promotora

**I.MALAKO BLOKE EZPEZIFIKOAREN SURF ENTRENATZAILA IKASTAROA 2010**  
**CURSO ENTRENADOR/A DE SURF BLOQUE ESPECÍFICO NIVEL I 2010**

<b>IZENA / NOMBRE:</b>		<b>FEDERATUEN ZENBK/ N° LICENCIA:</b>	
<b>ABIZENAK / APELLIDOS:</b>			
<b>JAIOTZE DATA / FECHA NAC:</b>		<b>NAN / DNI:</b>	
<b>HELBIDEA / DIRECCIÓN:</b>		<b>P.K / C.P:</b>	
<b>HERRIA / LOCALIDAD:</b>		<b>HERRIALDEA / PROVINCIA:</b>	
<b>TELEFONOA / TELEFONO:</b>		<b>MUGIKORRA / MOVIL:</b>	
<b>E-MAIL:</b>			
<b>ORDAINKETA / FORMA DE PAGO:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ DIRU-SARRERA EDO TRANSFERENTZIA / INGRESO O TRANSFERENCIA EN <b>BBVA 0182 1290 3401 0150 3866</b>            Sarrera frogak / pruebas de acceso: 20€            Bloque Espezifiko / Bloke Espezifiko: 350€</li> <li>▪ Sarrera frogaren ordainketaren azken data: Urtarrilak 13 / El pago de las pruebas de acceso se debe realizar antes del día 13 de Enero.</li> <li>▪ Bloke Espezifikoaren ordainketa sarrera frogak gainditu ondoren egin behar da. Azken data Otsailak 10 / El pago del Bloque Espezifiko se realizará una vez superadas las pruebas de acceso. Plazo límite 10 de Febrero.</li> </ul>			
<b>EHSFn AURKEZTU BEHARREKO DOKUMENTAZIOA</b>		<b>DOCUMENTACION A PRESENTAR en EHSF</b>	
1º Izenemate orria.		1º Hoja de inscripción.	
2º Diru-sarreraren bankuko egiaztagiria		2º Certificado del ingreso bancario.	
3º NAN fotokopia eta karnet argazki bat		3º Fotocopia del DNI y una foto de carnet.	
4º Titulu akademikoa ( Bigarren Hezkuntzako Graduatutitua )		4º Titulo académico ( Título Graduado Educación Secundaria )	
5º Amankomuneko Blokea gainditu izanaren agiria, edo matrikulua <i>( Amankomuneko Blok erik gabe ikastaroa egiteko aukera egongo da, beti ere, plaza kopuruen arabera )</i>		5º Certificado de superación o matriculación del Bloque Común <i>( Existe la posibilidad de realizar el curso sin haber realizado previamente el Bloque Común. Siempre y cuando las plazas lo permitan )</i>	
<b>Bidali aurretik adierazitako dokumentazio guztia postaz, faxez edo e-mailez Euskal Herriko Surf Federazioa.</b>		<b>Envía toda la documentación presentada anteriormente por correo postal, fax o e-mail a Euskal Herriko Surf Federazioa.</b>	

**SINADURA / FIRMA:.....**

En cumplimiento del artículo 5 de la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos de que sus datos personales serán incorporados a un Fichero de Datos de Carácter Personal, titularidad de EUSKAL HERRIKO SURF FEDERAZIOA como Responsable del Fichero, para el envío de comunicaciones postales, telemáticas, o por otros medios con ocasión de acontecimientos puntuales, o en ciertos periodos del año, que puedan ser de interés para el afectado, así como para la cesión a la compañía aseguradora de los datos necesarios para su debida afiliación.

Asimismo, EUSKAL HERRIKO SURF FEDERAZIOA garantiza el ejercicio de los derechos de acceso, rectificación y cancelación de los datos referentes a su persona incluidos en nuestras bases de datos, debiendo para ello dirigirse mediante comunicación escrita a la siguiente dirección: C/ Julián Gayarre nº 44, Lonja 1; 48004 Bilbao (Bizkaia). En cualquier caso, el titular de los datos resulta informado y consiente la conservación de dichos datos bajo las debidas condiciones de seguridad y secreto profesional, por el periodo que resulte necesario para la finalidad para la que son recabados.