



## GRAU SUPERIOR

### ENSENYAMENTS ESPORTIUS

## Esports d'hivern. Esquí alpí, esquí de fons i surf de neu 3r nivell

Vols ser entrenador d'esquiadors i esquiadores que participen en competicions de nivell mitjà i alt, director d'un club o d'una escola d'esquí, de surf de neu o d'esquí de fons? Vols ser formador de formadors en qualsevol de les tres modalitats?

Hi ha tres graus superiors d'esports d'hivern, un per a cada modalitat esportiva: l'esquí alpí, el surf de neu i l'esquí de fons. Totes elles s'imparteixen a la nostra escola. El grup de professorat, de molt nivell, ens avala molts anys de formació impartida.

Treballem en cursos intensius, en formats adaptats a les necessitats dels alumnes. A l'estiu anem als Alps i a l'hivern treballem amb col·laboració amb l'escola de Font Romeu.

### Què aprendràs?

**Bloc comú:** biomecànica de l'esport, entrenament d'alt rendiment, fisiologia de l'esforç, gestió de l'esport, psicologia de l'esport d'alt rendiment, sociologia de l'esport d'alt rendiment.

**Bloc complementari:** esport adaptat en els esports d'hivern i aplicacions informàtiques.

**Bloc específic:** desenvolupament professional, medi ambient de muntanya, seguretat de muntanya, materials (test de les millors marques), optimització de les tècniques i tàctiques (en esquí alpí, surf de neu i esquí de fons) i projecte final.

**Pràctiques:** formació pràctica en centres de reconegut prestigi.

### Requisits d'accés (un dels següents)

Títol de grau mitjà de la modalitat (esquí alpí, surf de neu o esquí de fons).

Títol de batxillerat i equivalents acadèmics, o curs d'accés a grau superior o la prova general d'accés a grau superior.

### Durada

**3r nivell** (intensiu als Alps al juliol, o a Font Romeu al desembre-gener)

Esquí alpí: 730 h al centre i pistes d'esquí i 200 h de pràctiques en centres de treball.

Surf de neu: 595 h al centre i pistes d'esquí i 200 h de pràctiques en centres de treball.

Esquí de fons: 655 h al centre i pistes d'esquí i 200 h de pràctiques en centres de treball.

## ON S'IMPARTEIX?

Escola Pia  
Sarrià-Calassanç

Mati/tarda

Hi col·labora: ESF - Font Romeu (Escola d'Esquí de França)  
Escola d'esquí de Grau Roig

