

90 años 



CERTIFICADO DE ACTUALIZACIÓN Y RECICLAJE  
LICENCIA TÉCNICOS RFEDI  
ALPINO – SNOWBOARD – FONDO



ONLINE 11 – 20 MARZO 2024  
BAQUEIRA BERET 2 ABRIL 2024



## Información

Reglamento de Expedición y Registro de Licencias de la Real Federación Española de Deportes de Invierno (RFEDI) (Aprobado en Comisión Delegada el 9/11/2020) Art. 14, -b.2.) Estén en posesión del título que le habilita para la obtención de la licencia correspondiente siempre que, no hubiesen transcurrido más de dos años desde la entrada en vigor del presente reglamento o de tres años desde la obtención del título.

Si se hubiese cumplido dicho plazo es preciso haber obtenido el “Certificado de Actualización y Reciclaje”, que será expedido por la RFEDI y tendrá una validez de tres años.

El cumplimiento de este requisito habilitará para la participación como entrenador o técnico en actividades y competiciones de ámbito internacional o estatal (cuando ésta sea ajena a la FFAA que haya expedido su licencia). **VER REGLAMENTO ([LINK](#))**

**Dirigido a Técnicos con la titulación de Grado Medio y Grado Superior y en posesión de la Licencia como técnico RFEDI.**

**Validez: 3 años (hasta 31 del 12 de 2027)**

Estar en posesión de la **licencia federativa de técnico es necesario según la normativa para:**

- Acompañar a los deportistas en su participación en actividades o competiciones de ámbito estatal o internacional.
- Ser convocado y/o viajar con el equipo nacional, selecciones de seguimiento o asistir a concentraciones convocadas por la RFEDI.

## Objetivos y Competencias

El técnico debe estar al día, conocer y saber llevar su equipo deportivo, y con conocimientos actualizados en:

- Formación continua y el aprendizaje de los técnicos.
- Protocolos en reconocimientos/salida/meta en las competiciones.
- Entrenamiento según categorías (técnica, táctica, preparación física, preparación de material, ...)
- Nutrición y Salud del Deportista.
- Reglamentación, minimizar el riesgo de accidentes/lesiones en los entrenamientos/competiciones.
- Saber diseñar un programa deportivo anual multidireccional.



## Inscripciones

Las inscripciones se realizan a través de plataforma [e-learning RFEDI iStudy](#)

**Número máximo de participantes:**

40 Alpino (mínimo 18)

20 Snowboard (mínimo 8)

10 Fondo (mínimo 4)

**Horas curso: 16 horas. Precio: 75 €**

Alojamiento (ver oferta especial en [última página](#))

Precio del forfait: 15€/día. Reservas: [grupos@baqueira.es](mailto:grupos@baqueira.es)

**Fecha inscripción al curso: del 26 de Febrero al 8 de Marzo 2024** (hasta las 12:00 horas), o cubrir el cupo.



## Formato del curso

- **Bloque Online:** 11 – 20 marzo 2024 (12h)
- **Bloque Presencial:** 2 abril 2024 (4h)
- **Evaluación:** 2 abril 2024



## Contenidos

### Bloque Online (12h)

**ONLINE:** Consta de videos, fichas y test que deberán ser realizados dentro de las fechas establecidas. [A través de plataforma e-learning RFEDI.](#)

#### Sesión 1. Reglamentación 1

- Reglamento FIS y RFEDI. Normativa de seguridad. 1h (Quique Díaz y Juli Sala)

#### Sesión 2. Prevención de Lesiones y Seguridad

- 30' (Jesús Pérez)

## **Sesión 3. Protocolo lesiones por laceración**

- 30' (Dr. Diego García-German)

## **Sesión 4. Alimentación y Hábitos saludables 1**

- 30' (Jesús Pérez)

## **Sesión 5. Alimentación y Hábitos saludables 2**

- 30' (Jaime Gil)

## **Sesión 6. Redes Sociales**

- 30' (Pablo Quero)

## **Sesión 7. Nuevas Tecnologías**

- 1h (Jaime Gil)

## **Sesión 8. Técnica y Táctica del Entrenamiento 1**

- 60' (Técnicos EENN)

## **Sesión 9. Metodología del Entrenamiento 1**

- 60' (Técnicos EENN)

## **Sesión 10. Preparación Física**

- 60' (Jesús Pérez)

## **Sesión 11. Responsabilidad**

- 30' (Fernando Almendros)

## **Sesión 12. Psicología en los deportes de invierno**

- 60'

## **Sesión 13. Técnica y Táctica del Entrenamiento 2**

- 60' (Técnicos EENN)

## **Sesión 14. Metodología del Entrenamiento 2**

- 60' (Técnicos EENN)

## **Sesión 15. Material**

- 60' (Técnicos EENN)

## Bloque Práctico (4h)

**PRESENCIAL:** Se realizará por en pista.

### Sesión 16. Técnica y Táctica del Entrenamiento 3

- 90' (Técnicos EENN)

### Sesión 17. Metodología del Entrenamiento 3

- 90' (Técnicos EENN)

### Sesión 18. Nuevas Tecnologías

- 30' (Técnicos EENN)

### Sesión 19. Repaso de contenido

- 30' (Técnicos EENN)

## Evaluación

**Realización del test. El técnico tiene 24h para realizarlo.**

- Plataforma e-Learning RFEDI.

### NOTA:

**Todos los técnicos deberán realizar todas las sesiones para poder obtener el APTO en el curso.**

**Cualquier posible cambio y/o afectación de carga lectiva, se informará a los inscritos**

## **Dirección y Formadores**

Dirección:

**Olmo Hernán** (Director General y Deportivo RFEDI)

Formadores: Técnicos Equipo Nacional RFEDI y asesores EEE-RFEDI

- **Ángel Calero:** Director Técnico RFEDI Alpino
- **Álex Martín:** Director Técnico RFEDI Snowboard
- **Ferran Pubill:** Director Técnico RFEDI Fondo
- **Noel Baxter:** Responsable WC SL Alpino
- **Manuel Revilla:** Responsable U21 Alpino
- **Toño Góngora:** Service Alpino WC-EC y Formador Service Alpino
- **Jose Prieto:** Service Snowboard WC SBX y Formador Service Alpino
- **Jesús Pérez:** Responsable Preparación Física y Fisioterapia Alpino WC
- **Dr. Diego García-German:** Responsable Servicios Médicos RFEDI
- **Jaime Gil:** Responsable Preparación Física Fondo y Data-Tech Manager RFEDI
- **Fernando Almendros:** Asesor Jurídico RFEDI
- **Quique Díaz:** Responsable Comité DT-JU-VT. DT FIS y RFEDI.
- **Juli Sala:** Responsable Desarrollo Deportivo y Eventos RFEDI.
- **Pablo Quero:** RRSS RFEDI

## Oferta alojamiento

Reservas en: [travel@spainsnow.es](mailto:travel@spainsnow.es)

\*\* Bajo petición, sujeto a disponibilidad a la hora de solicitar la reserva.

### HOTEL MONTARTO BAQUERIA \*\*\*\*

- Media Pensión
  - Doble: 120€ (60€ € x 2 personas)
  - Doble de uso individual: 85€
  - Triple: 175€ (60€ + 60€ + 55€)



  
**SPAINSNOW**  
REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DEPORTES DE INVIERNO

**CONTRATA AHORA TU  
SEGURO SPAINSNOW**





**DESCUBRE NUESTROS PRODUCTOS EN  
LA STORE OFICIAL SPAINSNOW**

  
**SPAINSNOW**  
REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DEPORTES DE INVIERNO



| *Cuylas- Baqueira* | *Copos- Vielha* | *Patrick Sport- Madrid* |

| *Snozone- Madrid* | *Intersport Jorri- Jaca* | *Cerogradós- Sierra Nevada* |