

# CERTIFICADO DE ACTUALIZACIÓN Y RECICLAJE LICENCIA TÉCNICOS RFEDI OCTUBRE 2023

Esquí Alpino, Snowboard y Esquí de Fondo



Escuela Española de Esquí – RFEDI



Con la colaboración del Comité Olímpico Español

## INTRODUCCIÓN

---

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 FA que haya expedido su licencia).

VER REGLAMENTO ([LINK](#))

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.

## INSCRIPCIÓN

---

Se realizará a través de la Extranet RFEDI.

Número máximo de inscritos:

- 40 (Esquí Alpino)
- 20 (Snowboard)
- 10 (Esquí de Fondo)

**Carga lectiva:** 15 horas (11 horas Online y 4 horas prácticas en Snozone-Madrid)

**Precio:** 75€ (no incluye Skipass de Snozone, son 35€ por las 4 horas y se paga directamente en Snozone).

**Fechas inscripción al curso:** del 4 al 15 de septiembre 2023 (hasta las 12:00 horas), o cubrir el cupo.

**Dirección:** Javier Ocaña Wilhelmi

**Formadores:** Técnicos Equipo Nacional RFEDI y asesores EEE-RFEDI

**Dirigido a:** Técnicos con la titulación de Grado Medio y Grado Superior, y en posesión de la Licencia como técnico RFEDI, y técnicos con Licencia RFEDI con licencia expirada (más de 3 años sin hacer el curso que certifica la actualización)

**Validez de la actualización:** 3 años

## FECHAS

---

### ONLINE

En 2 bloques, del 2 al 5 y del 9 al 13 de octubre de 2023.

### PRESENCIAL

El 21 de octubre de 2023 en Madrid Snozone.

### EVALUACIÓN

El 21-22 de octubre de 2023 (en formato online)

## SESIONES

---

### ONLINE

A través de la plataforma e-learning de Formación RFEDI. La información la recibirán los técnicos una vez formalizada su inscripción.

Cada técnico podrá visualizar y realizar los test en 2 bloques, una vez finalizada la fecha de cada uno de los bloques, el técnico ya no podrá acceder a esas sesiones.

### PRESENCIALES

Se realizarán en la pista indoor de Madrid Snozone. Este bloque tendrá parte en nieve y parte en aula.

### EVALUCIÓN

Se realizará a través de la e-learning de Formación RFEDI. Cada técnico deberá responder el test propuesto con preguntas de todo el contenido del curso. Deben responderse todas las preguntas.

*E-learning es el uso de la tecnología de redes para diseñar, entregar, seleccionar, gestionar y ampliar el aprendizaje.*

## FORMADORES

---

- **Javier Ocaña:** Responsable Formación – 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
- **Jaime Gil:** Responsable Preparación Física Fondo y Data-Tech Manager RFEDI
- **Mateo Szul:** Coordinador Servicios Médicos RFEDI y Fisioterapia Lucas Eguibar
- **Fernando Almendros:** Asesor Jurídico RFEDI
- **Quique Díaz:** Responsable Comité DT-JU-VT. DT FIS y RFEDI.
- **Pablo Quero:** RRSS RFEDI

## CARGA LECTIVA

	ONLINE AL-SB-FO	PRESENCIAL
Metodología Técnica-Táctica	2 horas	1 hora y 40 minutos
Metodología Entrenamiento	2 horas	1 hora y 40 minutos
Nuevas Tecnologías	1 hora	
Preparación Física	1 hora	
Prevención de Lesiones y seguridad	1 hora	
Alimentación y Hábitos Saludables	1 hora	
Reglamentos	1 hora	
Legal/Responsabilidad	30 minutos	
Material (reglamentación Fluor)	1 hora	
Construcción y Diseño SB (incluido en sesión 9 y 12 en Snowboard)	1 hora	
Redes Sociales	30 minutos	
Novedades y repaso contenidos		40 minutos

**NOTA:** Cualquier posible cambio y/o afectación de carga lectiva, se informará a los inscritos vía mail.

## CONTENIDOS POR SESIONES

---

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

### ONLINE

Consta de videos, fichas y test que deberán ser realizados dentro de las fechas establecidas.

#### **Bloque 1 (2-5 Octubre)**

##### **Sesión 0**

- Bienvenida y Presentación del curso. 10'
  - May Peus. Presidente RFEDI
  - Olmo Hernán. Director General y Deportivo RFEDI

##### **Sesión 1. Reglamentación 1ª.**

- Reglamento FIS y RFEDI. Normativa de seguridad. 30'
  - Quique Díaz

##### **Sesión 2. Reglamentación 2ª.**

- Reglamento FIS y RFEDI. Novedades. 23-24. 30'
  - Quique Díaz y Juli Sala

##### **Sesión 3. Prevención de Lesiones y Seguridad. 30'**

- Mateo Szul

##### **Sesión 4. Prevención de Lesiones**

- Protocolo lesiones por laceración. 30'
  - Dr. Diego García-German

##### **Sesión 5. Alimentación y Hábitos Saludables 1ª. 30'**

- Mateo Szul y Jesús Pérez

##### **Sesión 6. Alimentación y Hábitos Saludables 2ª. 30'**

- Mateo Szul y Jaime Gil

##### **Sesión 7. Redes Sociales. 30'**

- Pablo Quero.

##### **Sesión 8. Nuevas Tecnologías. 60'**

- Jaime Gil.

## Bloque 2 (9-13 Octubre)

### Sesión 9. Técnica y Táctica del entrenamiento 1ª. 60'

- Técnicos Equipos Nacionales.

### Sesión 10. Metodología del Entrenamiento 1ª. 60'

- Técnicos Equipos Nacionales.

### Sesión 11. Preparación Física. 60'

- Jesús Pérez.

### Sesión 12. Responsabilidad. 30'

- Fernando Almendros

### Sesión 13. Técnica y Táctica del entrenamiento 2ª. 60'

- Técnicos Equipos Nacionales.

### Sesión 14. Metodología del Entrenamiento 2ª. 60'

- Técnicos Equipos Nacionales.

### Sesión 15. Material. 60'

- Técnicos Equipos Nacionales.

## PRESENCIAL

### Bloque 3 (21 Octubre)

### Sesión 16. Técnica y Táctica del entrenamiento 3ª. 100'

- Técnicos Equipos Nacionales.

### Sesión 17. Metodología del Entrenamiento 3ª. 100'

- Técnicos Equipos Nacionales.

### Sesión 18. Novedades y repaso contenidos. 40'

- Técnicos Equipos Nacionales.

## EVALUACIÓN

### Bloque 4 (21 Octubre)

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

- Plataforma e-Learning RFEDI.