

NATACIÓN (120 HORAS) – MF0269_2

El objetivo principal de esta formación es aprender y saber ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad. Por lo que el módulo tendrá una buena parte de contenido práctico en instalaciones acuáticas.

Contenido:

1. Adaptación al medio acuático. Ejecución de habilidades y destrezas básicas.
2. Dominio del medio acuático. Ejecución de habilidades y destrezas básicas combinadas.
3. Dominio de los estilos de nado ventrales.
4. Dominio de los estilos de nado dorsales.
5. Virajes en las competiciones de natación.
6. Aplicación práctica de los estilos de nado.