

Dia	H.	Contingut	Professor	Lloc
Divendres 11 de març de 16-20h	16 h	Presentació Curs	FEEC	Escola Catalana de l'Esport (ECE)
		1.1. Definició i història	Sergi Garcia	
		1.4. Bastons	Joan Antoni Rovira	
Dissabte 12 de març de 9-13 i 15-19	9 h	2.1. Les tècniques actuals de la MN	Joan Antoni Rovira	ECE
		1.2. Elements distintius de la Marxa Nòrdica	Sergi Garcia	
	2.2. Mètodes que s'apliquen a l'ensenyament de la MN	Joan Antoni Rovira		
	2.4. Programació d'una sessió d'iniciació a la MN			
15 h	2.4. Programació d'una sessió d'iniciació a la MN	Joan Antoni Rovira		
2.5. Monitorització i anàlisi de l'aprenentatge i la pràctica de la MN				
Diumenge 13 de març de 8 a 16h	8 h	2.4. Programació d'una sessió d'iniciació a la MN	Joan Antoni Rovira	Plaça Mireia
		2.5. Monitorització i anàlisi de l'aprenentatge i la pràctica de la MN	Sergi Garcia	
		5.4. Reglament de competició Nacional de MN		
		5.5. Tècniques i tàctiques més adients a tenir presents en els esdeveniments de MN		

Dia	H.	Contingut	Professor	Lloc
Divendres 18 de març de 16-20h	16 h	3.13. Marcatge i pautes d'orientació	Joan Olives	ECE
Dissabte 19 de març 9-14 i 15-17h	9 h	3.7. Tipologia dels senders de baixa muntanya	Anna Moragues	ECE
		3.4. Gestió de riscos a les activitats grupals de marxa nòrdica		
	3.5. Rescat professional de muntanya			
	3.2. Comunicacions en muntanya			
15h	3.11. Legislació d'ús i disseny d'itineraris de MN	Antoni Pardinilla	ECE	
	3.12. Gestió d'assegurances de RC i Accidents			
		3.13B.- GPS		

Dia	H.	Contingut	Professor	Lloc
Divendres 1 d'abril 16-20h	16 h	1.6. Beneficis de la MN	Alicia Rovira	Online
Dissabte 2 d'abril 9-14 i 15-18h	9 h	5.1. La Marxa Nòrdica en l'àmbit federatiu. Situació actual.	Sergi Garcia	FEEC
		5.2. Història i trajectòria de la competició de MN. Panorama Nacional i Internacional		
	3.1. Metodologia del guiat i conducció en muntanya	Anna Moragues		
	3.3. Procediments en la gestió de grups al medi natural	Anna Moragues		
15h	3.8. Baremació de la dificultat dels itineraris de MN	Anna Moragues	Collserola	
	3.9. Organització i direcció d'activitats de MN	Anna Moragues		
Diumenge 3 d'abril de juny 9-17 h	9 h	3.9. Elaboració de fitxes d'itinerari	Anna Moragues	
		3.10. Activitats recreatives en circuits de MN		
		3.9. Elaboració de fitxes d'itinerari		
		Conducció i seguretat en activitats de MN		

Divendres 8 d'abril de 15 a 20h	15h	3.13. Marcatge i pautes d'orientació	Joan Olives	Collserola
---------------------------------	-----	--------------------------------------	-------------	------------

Dia	H.	Contingut	Professor	Lloc
Dissabte 30 d'abril de 14 i 15-17h	9 h	4.1. Entorn natural i semiurbà dels circuits de MN	Ferran Sayes	ECE
	15 h	4.2. El paisatge de baixa muntanya i periurbà com a medi d'interpretació esportiva		
Diumenge 1 de maig		4.3. L'educació ambiental aplicada a les activitats de MN	Online	No presencial
		Treball Online		

Dissabte 7 de maig	9 h.	Avaluació Pràctica	Anna Moragues	A determinar
	16 h	Avaluació teòrica	Joan Antoni Rovira	ECE

E-learning
1.3. Material, roba, calçat i complements
1.5. Supervisió i manteniment del material per la realització de la MN
2.3. Bases curriculars mínimes comuns de les formacions per esportistes de MN
5.3. La organització d'esdeveniments d'iniciació a la MN
3.12. Gestió d'assegurances de RC i Accidents
4.8. Fonts de predicció meteorològica
4.4. La meteorologia
4.6. L'atmosfera composició i estructura

Classes Online	
Dimecres 16 de març	4.5. Meteorologia, terreny i grup com a factors d'actualització de les activitats de MN
Dilluns 21 de març	4.7. Factors de risc atmosfèrics
(de 18:30 a 20:30h)	4.8. Fonts de predicció meteorològica