Federación Andaluza de Triatlón
Estadio Olímpico, Puerta F - Modulo 18
41092 – SEVILLA

CURSO ONLINE PSICOLOGÍA DEPORTIVA APLICADA AL TRIATLÓN

- **Este curso online tiene como objetivo dar a conocer desde una parte teórica y práctica aspectos relacionados con la psicología deportiva enfocada al ámbito del rendimiento y la salud aplicada al triatlón para así tener un conocimiento de los puntos fundamentales y herramientas para poder practicar los tres deportes garantizando la salud de los deportistas y mejorar el rendimiento deportivo.**

- **El curso constará de 8h de formación (5 horas de clase online en formato webinar repartidas entre las tres disciplinas deportivas que conforman el triatlón y 3 horas de trabajo en la plataforma online de la Escuela de Entrenadores FATRI).**

- **La fecha de realización del curso será la semana del 27 al 30 de Diciembre, en horario de 20:00 a 21:15 horas, durante esa semana se realizarán las clases online en formato webinar y todos los contenidos del curso (actividades, autoevaluaciones, webinars, material de apoyo educativo, temario,…) estarán disponible a través de la plataforma educativa. El curso se realizar a través de la plataforma educativa "Escuelas Entrenadores FATRI".**

- **El costo de la inscripción al curso es de 75€ (60€ para los/as técnicos andaluces/as federados/as en triatlón) e incluye el acceso a las clases online en directo y a todos los contenidos del curso ubicado en la plataforma educativa.**

- **Todos los alumnos que completen las actividades del curso (incluyendo la asistencia a los webinars en directo o su visualización en diferido), recibirán su certificación de la realización del curso por parte de la Federación Andaluza de Triatlon.**

Federación Andaluza de Triatlón
Estadio Olímpico, Puerta F - Modulo 18
41092 – SEVILLA

- **Inscripciones:**

La inscripción se hará on-line a través de la plataforma on-line de inscripción de la Federación Andaluza de Triatlón http://inscripciones.triatlonandalucia.org

Plazas: 50

Edad: A partir de 18 años.

El plazo de inscripción se abrirá a las 12:00 horas el jueves 2 de diciembre y se cerrará a las 14 horas del miércoles 22 de Diciembre.

Para incidencias con las inscripciones mandar un e-mail inscripciones@triatlonandalucia.org o llamar al teléfono 639616571

Solo se devolverá la cuota de la inscripción (menos 3€ de gastos bancarios y de gestión) si se comunica vía e-mail (inscripciones@triatlonandalucia.org) como máximo hasta el Lunes, 20 de diciembre, a las 14 horas.

- **Temario del curso:**

1. **Introducción a la psicología deportiva.**
2. **Ansiedad y estrés en el deporte.**
3. **Motivación (intrínseca y extrínseca).**
4. **Ajuste emocional/autorregulación.**
5. **Consideraciones especiales de la psicología en triatlón.**
6. **Herramientas psicológicas para el deportista.**
7. **Psicología de un triatleta de elite.**
8. **Psicología en jóvenes deportistas.**
9. **Experiencias de deportista y entrenador internacional.**

Federación Andaluza de Triatlón
Estadio Olímpico, Puerta F - Modulo 18
41092 – SEVILLA

- **Profesores/as:**

Lola García Trujillo

Licenciada en Psicología por la Universidad de Sevilla

Especializada en coaching profesional, deportivo, ontológica y de equipos por el Instituto Europeo de Coaching.

Psicóloga, con la Federación Andaluza de Triatlon, con la Escuela ADSevilla y deportistas de Alto de Rendimiento.

Alejandro Cañas del Palacio

Graduado en Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

Máster Alto Rendimiento Deportivo (Comité Olímpico Español)

Máster Investigación Medicina y Psicología Deportiva (Universidad de Málaga)

Sergio Ortiz

Graduado en Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

Máster Alto Rendimiento en Deportes Cíclicos (Universidad de Murcia)

Máster Investigación en Rendimiento Físico y Deportivo

** El acceso a la plataforma educativa y las instrucciones de acceso al curso serán enviadas vía email el día de finalización del periodo de inscripciones.*

**Para cualquier duda en relación con el curso pueden contactar a través de:*

fatri@escuelaentrenadoresfatri.com

https://escuelaentrenadoresfatri.com/es/