



# Condicionament físic en sala d'entrenament polivalent (SEP)

**Família professional: Activitats físiques i esportives**

Codi: AE\_2-097\_3

**Nivell: 3**

Data d'actualització: 30/01/2017

Estat ICQP: 4 - Aprovada Comissió Directora

## Competència general

Programar, dirigir i instruir activitats de condicionament físic, amb els elements propis d'una Sala d'Entrenament Polivalent (SEP), dirigit a tot tipus d'usuaris i grups de població, adaptant-lo a les seves característiques i expectatives, realitzant la determinació inicial i periòdica de la seva condició física i motivacional, sempre des de l'observança i promoció de la salut i el benestar, en els límits de cost previstos.

## Entorn professional

### Àmbit professional

Desenvolupa la seva activitat professional en l'àrea de gestió de serveis d'esports, oci i turisme, dedicada al condicionament físic en sala d'entrenament polivalent (SEP), en entitats de naturalesa pública o privada, petites i mitjanes empreses, tant per compte propi com d'altri, amb independència de la seva forma jurídica.

Desenvolupa la seva activitat depenent, si escau, funcional i/o jeràrquicament d'un superior Pot tenir personal al seu càrrec ocasionalment, per temporades o de forma estable.

En el desenvolupament de l'activitat professional s'apliquen els principis d'accessibilitat universal i disseny universal o disseny per a totes les persones d'acord amb la normativa aplicable.

### Sectors productius

S'ubica als sectors de l'esport, lleure i turisme.

## Ocupacions o llocs de treball relacionats

- Animador/a d'activitats de condicionament físic
- Coordinador/a d'activitats de fitness
- Entrenador/a de condicionament físic en SEP de gimnasos o poliesportius
- Entrenador/a personal
- Monitor/a d'aparells de gimnàs
- Preparador/a físic
- Promotor/a d'activitats de condicionament físic
- Tècnic/a en activitats de gimnàstiques suaus
- Tècnic/a en suport en la preparació física d'esportistes

## Relació amb el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales

Aquesta qualificació es relaciona amb "AFD097\_3 ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN SALA DE ENTRENAMIENTO POLIVALENTE"

## Unitats de competència

---

UC_2-0274-11_3	Programar les activitats pròpies d'una sala d'entrenament polivalent (SEP), atenent a criteris de promoció de la salut i el benestar de la persona usuària	Nivell:3
UC_2-0273-11_3	Determinar la condició física, biològica i de motivació de l'/la usuari/ària.	Nivell:3
UC_2-0275-11_3	Instruir i dirigir activitats de condicionament físic amb equipaments i materials propis de sales d'entrenament polivalent (SEP).	Nivell:3
UC_2-0272-11_2	Assistir com a primer/a intervingent en cas d'accident o situació d'emergència.	Nivell:2

## Mòduls formatius

---

MF_2-0272-1111_2	Primers auxilis.	60 hores	Nivell: 2
MF_2-0273-1111_3	Valoració de les capacitats físiques.	150 hores	Nivell: 3
MF_2-0274-1111_3	Programació específica SEP.	120 hores	Nivell: 3
MF_2-0275-1111_3	Activitats de condicionament físic	210 hores	Nivell: 3