



# 1ª CONVENCION CICLO INDOOR

24 DE SEPTIEMBRE | A CORUÑA



## CARLOS BARBADO

- Doctor en Actividad Física y Salud. Licenciado en CC de la Actividad Física y del Deporte.
- Profesor de la Universidad Europea de Madrid.
- Director de la Cátedra de Investigación Ghsports-Universidad Europea.
- Director de Formación de Team ICG Spain y Máster Trainer Internacional.
- Autor de varios libros y múltiples artículos científicos relacionados con las Ciencias del Deporte y el Ciclismo.
- Profesor en diferentes Máster Universitarios, Congresos y Convenciones de Fitness en España, Portugal, Alemania, Colombia, Venezuela, Israel.

## FRAN ESFERA

- Técnico Superior FEDA Ciclo Indoor. Nivel Oro en Proccycling.
- Nivel Bronce en Schwinn Cycling. Ganador de la Copa de España en 4ADS 2006.
- Profesor y formador especializado en Ciclismo Indoor.
- Presenter Nacional e Internacional.
- Fundador de *Hoy es Cycling*, Octavo año consecutivo.
- Organizador de Cycling ShowRoom en Madrid, quinto año consecutivo.
- Director del área de Ciclismo Indoor en Islandfit, Mallorca, durante 6 años consecutivos.



## FRAN VÁZQUEZ

- Técnico en actividades dirigidas.
- Miembro del equipo de entrenadores de KEISER mseries y encargado de la expansión de su programa formativo POWERTIME en España, labor que compaginó con la dirección técnica de los centros Camm en Santiago de Compostela.
- Como instructor ha presentado sus trabajos en las principales convenciones y eventos de fitness nacionales.
- Asesoramiento a empresas y particulares sobre el uso de equipamientos relacionados con el fitness y la salud.

## JAVI CORRALES

- Técnico en Actividades Físicas y Deportivas.
- Amante de la actividad física, la música y las personas.
- Gestor de equipos en Virgin Active. Master Trainer formador en Virgin Active.
- Integrante de cycling room , formador, promotor y difusor de esta actividad.
- Además de Ciclismo Indoor imparte clases de alta intensidad como: Body combat, body attack, body pump.
- Su lema: "Sin cycling no hay paraíso"



## HORARIO

9-10h - RECOGIDA DE ACREDITACIONES

10h - **CARLOS BARBADO**: SEMINARIO (ENTRENAMIENTO POR POTENCIA: El nuevo paradigma del ciclo indoor)

11:30h - **FRAN ESFERA**: MASTER CLASS.

12:30h - **FRAN VÁZQUEZ**: MASTER CLASS.

14h - DESCANSO

15:30h - **FRAN ESFERA**: SEMINARIO (COMUNICACIÓN EN EL CICLO INDOOR)

17h - EQUIPO FEDA DE CICLO INDOOR: MASTER CLASS

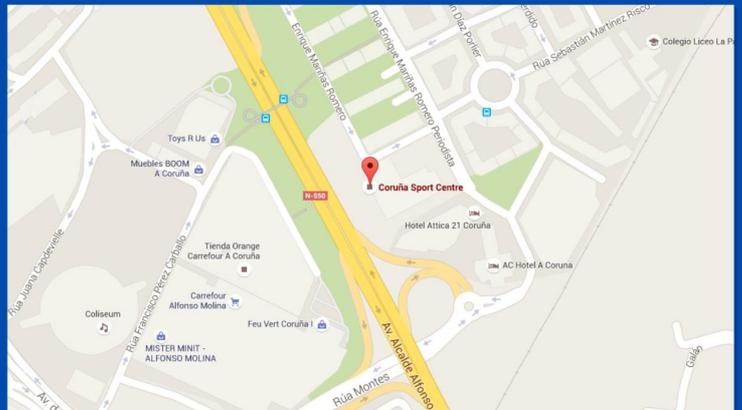
18h - **JAVI CORRALES**: MASTER CLASS

19h - **CARLOS BARBADO**: MASTER CLASS

## DIRECCIÓN

### CENTRO DEPORTIVO CSC MATOGRANDE

Enrique Mariñas Romero, 32 C | Matogrande  
A Coruña (15009)



## PARA INSCRIBIRSE

- Abonar el importe total, con vuestro nombre completo y número de teléfono como concepto.
- Se os confirmará vía telefónica que la transferencia se ha producido satisfactoriamente.
- La RESERVA será en riguroso orden de inscripción.
- Para cualquier duda, ponte en contacto con nosotros: [coruna@feda.net](mailto:coruna@feda.net) o 610 014 302
- ¡Sólo queda disfrutar de la 1ª Convención de Ciclo Indoor de FEDA Coruña!

## PRECIO

- Inscripciones antes del 21 de agosto: **25€**
- Entre el 21 de agosto y el 10 de septiembre: **35€**
- Después del 10 de septiembre: **45€**

## NÚMERO DE CUENTA

**ES17-2100-5702-15-0200095484**  
**LA CAIXA**