

Información e inscripciones:
Edificio Enrique Fuentes Quintana
Plaza Los Juzgados, s/n.
34001 Palencia

 979 72 53 35

 687 93 74 07

 www.diputaciondepalencia.es/juventud

 juventud@diputaciondepalencia.es

 [cpijdepalencia](https://twitter.com/cpijdepalencia)

 www.facebook.com/cpijdepalencia

 Juventud y Deportes - Palencia

 Juventud Multimedia Diputación de Palencia



MONITOR-A DE SUELO PÉLVICO E HIPOPRESIVOS

INSCRIPCIÓN DEL 27
DE MARZO AL 9 DE
ABRIL DE 2023

**EL 15, 16, 22 Y 23 DE
ABRIL EN GUARDO**



Destinatarios/as:

Personas que cumplan **ALGUNO** de los siguientes requisitos:

- Titulaciones **OFICIALES** dentro del ámbito sanitario (Formación Profesional, Titulaciones Universitarias, Certificados de Profesionalidad, etc.).
- Titulaciones **OFICIALES** dentro del ámbito deportivo (Formación Profesional, Titulaciones Universitarias, Certificados de Profesionalidad, etc.).
- Personas con experiencia laboral debidamente y oficialmente acreditada, **DE AL MENOS 5 AÑOS**, en el ámbito deportivo o sanitario.

En el caso de que haya más solicitudes que plazas, tendrán prioridad los/as empadronados/as con **anterioridad al inicio de la inscripción**, en municipios de menos de 20.000 habitantes de la provincia de Palencia.

Contenidos:

Ejercicios hipopresivos y suelo pélvico:

- La cavidad abdominal sistema miofascial propioceptivo.
- Respiración y práctica de respiración costal.
- Masaje diafragmático.

Ejercicios hipopresivos y suelo pélvico:

- Beneficios de los hipopresivos.
- Respiración en hipopresivos: Inhala-exhala-apnea.
- Práctica de respiración en hipopresivos.
- Los 7 controles posturales.
- Los estabilizadores de la escápula.
- Calentamiento en suelo guiado.

Práctica bipedestación:

- Transición entre posturas en bipedestación.
- Errores comunes en bipedestación.

Lugar y fechas:

En Guardo en la Sala Exposiciones (C/ Santa Bárbara, 5) los días 15,16, 22 y 23 de abril. Sábados de 10:30 a 14:30 h. y 16 a 20 h. Domingos de 9 a 14 h. y de 15:30 a 18:30 h.

Curso certificado por FEDECYL (Federación de Empresarios de Instalaciones Deportivas de Castilla y León) y la Universidad de Valladolid (Servicio de Deportes).

Inscripciones:

Matrícula 50 €. Estarán **exentos del pago de matrícula** las personas que acrediten documentalmente que en su unidad familiar y/o de convivencia estén percibiendo la **renta garantizada de ciudadanía o prestación análoga**.

La inscripción se podrá presentar:

- Por la sede electrónica de Diputación en la dirección: <http://sede.diputaciondepalencia.es>
- En los Registros Generales de la Diputación ubicados en la C/ Burgos, 1 en Palencia y en el Edificio "La Casona" de Cervera de Pisuerga.
- En cualquier otro que se establezcan legislativamente (oficinas de registro de Administraciones Públicas habilitadas al efecto).

Los **ALUMNOS/AS SELECCIONADOS/AS** se les comunicará por **correo electrónico** que están admitidos/as y deberán presentar por **correo electrónico** en un plazo de **tres días hábiles** desde que han sido avisados la siguiente documentación (si en ese plazo no se ha entregado se avisará a la siguiente persona que esté en reserva):

- Fotocopia del DNI.
- Fotocopia de la documentación que acredite **ALGUNO** de los requisitos para acceder al curso (apartado destinatarios/as).
- Volante de empadronamiento.

- Justificante de pago del ingreso de la matrícula en el siguiente número de la Entidad Unicaja Banco S.A. (antiguo Caja Duero - España) Nº Cta: IBAN ES38 2103 2417 6600 3163 2259 o la documentación que acredite que en su unidad familiar y/o de convivencia están percibiendo la renta garantizada de ciudadanía o prestación análoga.

Si existieran más solicitudes que plazas, la adjudicación de las mismas se realizará a través de un sorteo, el día 12/04/23 a las 12:30 h. en el Edificio Enrique Fuentes Quintana sito en la plaza Los Juzgados, s/n.

La renuncia a la realización del curso, incluso antes de su inicio y salvo casos de fuerza mayor (debidamente acreditados) no dará derecho a la devolución del importe de la matrícula.

SOLICITANTE

Datos del solicitante

Persona física: Nombre Primer Apellido Segundo Apellido DNI NIE Pasaporte

Dirección a efectos de notificaciones (del solicitante)

Tipo de Vía Nombre de la Vía

Número Kilómetro Letra Bloque/Portal Escalera Piso Puerta Código postal

Población Municipio Provincia o País

Otros Medios de Contacto (de la persona solicitante o de su representante si procede)

Teléfono fijo Teléfono móvil Dirección de correo electrónico Fax

Conforme a lo establecido en la Ley 39/2015 del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas y demás legislación vigente, **AUTORIZO** a la Diputación de Palencia, **en relación con la presente solicitud**, a que me envíe (marcar/desmarcar lo que proceda)

- Comunicaciones mediante mensajes a la dirección de correo electrónico especificada como medio de contacto.
- Notificaciones a mi Buzón Electrónico, accesible en la sede electrónica <https://sede.diputaciondepalencia.es>, previa identificación fehaciente. Las personas FÍSICAS que NO deseen recibir notificaciones por esta vía han de desmarcar esta opción

AUTORIZO a la Diputación de Palencia solicitar a otras administraciones la información necesaria relativa a la presente solicitud, en caso de OPOSICIÓN desmarcar esta opción.

Curso:
(En caso de solicitar más de un curso se realizarán varias instancias)

Fecha Nacimiento:

Dirección de empadronamiento (en caso de no coincidir con la de notificación)

Localidad de empadronamiento (en caso de no coincidir con la de notificación) C.P.:

Estudios realizados:

Ocupación profesional:

FECHA Y FIRMA

Declaro que todos los datos manifestados anteriormente son correctos, y me comprometo a comunicar cualquier cambio que se produzca, así como a presentar la documentación que me solicite el Departamento de Juventud cuando se me comunique la admisión en el curso

En a de de

La persona solicitante o representante legal Fdo:

AVISO LEGAL

La persona firmante acepta el tratamiento de sus datos personales de acuerdo a la información facilitada y, en caso de facilitar datos de terceros, asume el compromiso de informarles de dicho tratamiento.

- Responsable:** DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE PALENCIA
- Finalidad:** Gestión cursos, actividades, talleres, promoción del asociacionismo, orientación e inserción laboral para jóvenes
- Legitimación:** Cumplimiento de una obligación legal, consentimiento del interesado
- Destinatarios:** Están previstas cesiones de datos a: Administración pública con competencia en la materia, Empresas o entidades privadas
- Derechos:** Tiene derecho a acceder, rectificar y suprimir los datos, así como otros derechos, indicados en la información adicional, que puede ejercer dirigiéndose a dpd@diputaciondepalencia.es
- Procedencia:** El propio interesado
- Información adicional:** www.diputaciondepalencia.es/politica-privacidad (REF: T-16).