

Taller d' ESQUENA SANA i EDUCACIÓ POSTURAL per a GENT GRAN a LLEIDA

Ref.197410 - 31/07/2025 - Lleida (Lleida)

Descripció de l'oferta

ESQUENA SANA i EDUCACIÓ POSTURAL: Aquest taller proposa treballar el cos de forma integral. El principal objectiu és que, a partir de diferents moviments i exercicis, centrar el focus en l'esquena, la nostra postura i manera de sostenir-nos i moure'ns. Tot per minimitzar molèsties que es puguin tenir i enfortir al nostre tronc. Es busca compartir amb el grup un seguit de recursos per millorar l'estat físic i posar-se en forma per prevenir lesions lumbars o cervicals. Busquem una persona que conegui aquesta disciplina i la sàpiga transmetre de manera adaptada a les capacitats del grup que tingui al davant.

Funcions i requisits de la vacant

Dinamitzar un taller de ESQUENA SANA i EDUCACIÓ POSTURAL per a Gent Gran a LLEIDA

Condicions que ofereix l'empresa

Jornada: Jornada parcial

Horari: Dilluns o Divendres matí a confirmar

Perspectiva de la feina: Trimestral amb opcions de seguir després del Nadal

Previsió d'incorporació: 1 mes

Salari: De 16-18

16'79 brut/hora (contracte), 17'59 brut/hora (factura)

Altres dades a destacar: Ens cal una persona per dinamitzar tallers de ESQUENA SANA i EDUCACIÓ POSTURAL per a persones grans a LLEIDA. Busquem una persona que conegui el cos, la musculatura i articulacions, i que ho sàpiga transmetre de manera adaptada a les capacitats del grup que tingui al davant.

Estudis

És valorable

- Cicles Formatius de Grau Superior amb titulació Serveis sociocult. i a la comunitat
- Cicles Formatius de Grau Superior amb titulació Act.físiques i esportives
- Mestre amb titulació Especialitat d'Educació Física
- Grau amb titulació Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport
- Cicles Formatius de Grau Superior amb titulació Animació d'activitats físiques i esportives
- Llicenciat amb titulació Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport

Idiomes

Castellà - B2 - Avançat (Imprescindible)

Català - B2 - Avançat (Imprescindible)

Professions de la feina

Docent

Mestre d'educació física

Monitor/a d'activitats dirigides

Experiència laboral

És imprescindible

Habilitats per dinamitzar un taller de ESQUENA SANA i EDUCACIÓ POSTURAL amb gent gran.
Coneixements de ESQUENA SANA i EDUCACIÓ POSTURAL i GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT
Nivell d'experiència: Tècnic / Especialista
Anys d'experiència: 1 any

Carnets

B

El vehicle propi es valorable

Altres requeriments

Persona amb capacitat de motivar la participació i habilitats per dinamitzar l'activitat.

Empresa

Empresa: Tasca Projectes d'animació

Sector: Formació / Educació

Descripció: Assessorament, disseny, organització i gestió de projectes i activitats de caràcter educatiu, social i cultural