



COPLEFC

Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

CONSELLS PER ALS PROFESSIONALS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT PER PUBLICAR RECURSOS I CONSELLS A LES XARXES SOCIALS



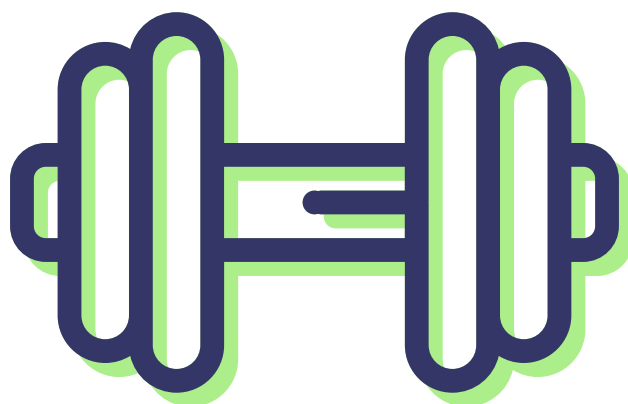
1



Identifica't amb la teva qualificació oficial juntament amb el número de col·legiat o associat.



Especifica a quin segment de la població va dirigida la teva sessió: infants, adolescents/joves, adults, gent gran, per a tota la família.



Fes referència a la càrrega,
progressió i tècnica d'execució
adequada dels exercicis.



Fes afirmacions i recomanacions basades en evidències científiques.



Procura que els materials i/o vídeos que facis siguin realitzats amb la màxima qualitat.



Etiqueta totes les teves
publicacions amb el
#COPLEFCactivaCatalunya
i @coplefc i el teu número de
col·legiació/associació.

Ara, més que mai, posem en valor
la nostra professió!



COPLEFC

Col·legi de Professionals de l'Activitat
Física i de l'Esport de Catalunya

www.coplefcactivacatalunya.cat

#COPLEFCactivaCatalunya