SERTIFIKAT

No: 1208.29/SEK/PP.NAS/XII/2024

PENGURUS PUSAT
FEDERASI PANJAT TEBING INDONESIA

Memberikan Sertifikat Kepada :

Salsabilla Al Azizah Yusif

Telah lulus dan memenuhi persyaratan untuk jenjang level 1
Pelatih Panjat Tebing

Pada Pelatihan Pelatih Panjat Tebing Level 1 Nasional
Di Surabaya, 6 - 8 Desember 2024.

Surabaya, 8 Desember 2024

Zannuba A.C. Wahid (Yenni Wahid)
Ketua Umum

M A T E R I
PELATIHAN PELATIH LEVEL 1
FEDERASI PANJAT TEBING INDONESIA

NO	MATERI	JUMLAH JAM
1	Model Pembinaan Atlet Jangka Panjang	2
2	Sistem & Prosedur Keamanan	2
3	Orientasi & Analisis Jalur Lead	2
4	Dasar-Dasar Tes dan Pengukuran	2
5	Peraturan Pertandingan	2
6	Pencegahan dan Rehabilitasi Cidera	2
7	Gizi Olahraga	2
8	Metode & Praktik Latihan Fisik	4
9	Metode Melatih & Penyusunan Program Latihan Jangka Pendek	4
10	Praktik Penyusunan Program Latihan Jangka Pendek	4
11	Micro Coaching	6
	Total Jam	**32**