

¡No te pierdas nuestro Taller de Insulina! 🏋️‍♀️ 📝

📅 Fecha: Sábado 24 de Agosto, 2024

🕒 Hora: 14:00 a 18:00 hrs

Inversion \$599.00

📍 Lugar: Fundación Educa Deporte A.C., Lago San Martin No. 10-B (A dos calles del metro panteones)

- ◆ Especialización: Tipos de hormona de crecimiento aplicada al fisicoculturismo y fitness
- ◆ Programas complementarios no invasivos de Habilitación Física Funcional
 - ◆ Certificación SEP
- ◆ Incluye constancia con valor curricular ante el sistema de acreditación educativa 📄 🎓

Temario:

1. ¿Qué es la insulina?
 - Función y beneficios en el cuerpo.
2. Tipos de insulina
 - Insulina rápida, intermedia y lenta.
3. ¿Qué son los carbohidratos y sus tipos?
 - Carbohidratos simples y complejos.
4. Hormona de crecimiento
 - Beneficios y aplicaciones en el deporte.
5. Modo de uso
 - Protocolos seguros y efectivos.
6. Cantidades a usar por etapa
 - Volumen y corte: dosificación adecuada para cada fase del entrenamiento.

Beneficios del Taller:

- Aprenderás a manejar y optimizar el uso de insulina y hormonas de crecimiento para mejorar tu rendimiento deportivo.
- Obtendrás conocimientos sobre la importancia de los carbohidratos y cómo utilizarlos de manera efectiva en tu dieta.
 - Recibirás una constancia con valor curricular, reconocida por la SEP.
- Mejorarás tu profesionalización en el campo del fisicoculturismo y el fitness.

 Cupo limitado 

 WhatsApp: 55 3399 1291

 Más información: [www.educadeporte.edu.mx](<http://www.educadeporte.edu.mx>)

¡Inscríbete ahora y lleva tu conocimiento y entrenamiento al siguiente nivel!  