

Curso: Entrenador personal, físicoculturismo & fitness
Para obtener el nombramiento como Entrenador Físico para la Salud Profesionalizado dentro del programa de inserción laboral como Entrenador Personal, Físicoculturismo & Fitness. cdmx

INSCRIPCIONES ABIERTAS

Modalidad: PRESENCIAL

Fecha: 07 y 08 de Septiembre 2024

¿Qué recibo al finalizar mi curso?

Recibirás:

Diploma

Constancia I. S.E.P.

Título H. Elite

Ficha Técnica de identidad

Cédula de Identidad Como Entrenador Físico para la Salud.

¿Quién avala la documentación?

Avalado por:

Fundación Educa Deporte A.C.

Asociación Nacional de Cultura Física y Salud (ANECFIS).

Instituto Técnico de Preparación Física (ITPF).

Sistema de Acreditación Educativa (SISAE).

Escuela de Entrenadores Físicos Para La Salud (Incorporado a la S.E.P.).

Oficialmente inscrito en el Registro Nacional de Entrenadores Deportivos (RENADEP).

Bajo los registros institucionales de EDUCA DEPORTE:

S.E.P, CONADE, RENADE, SECRETARIA DE BIENESTAR, INDEPORTE, STyPS. SISAE.

La documentación va con fundamento en el artículo 43 y 44 de la Ley General de Cultura Física y Deporte.


TEMARIO:

Sesión 1:

- ◆ Somatotipos
 - ◆ Dieta tipo
 - ◆ Macronutrientes
 - ◆ Dieta para desarrollo muscular
- ◆ Dieta tipo para oxidación de grasa
 - ◆ Balance calórico
 - ◆ Sistema muscular
 - ◆ Tipos de músculos
- ◆ Tipos de entrenamiento
- ◆ Métodos de entrenamiento para llegar a la hipertrofia
 - ◆ Suplementación por somatotipos

Sesión 2:


- ◆ Somatotipos
 - ◆ Introducción a la testosterona
 - ◆ Tipos de testosterona
 - ◆ Qué son los AAEs
 - ◆ Tipos de AAEs
 - ◆ Tiempo de vida
 - ◆ AAEs tipo 1 y tipo 2
 - ◆ Qué es la hormona de crecimiento y su uso
 - ◆ Antiestrogenos
 - ◆ Qué es la aromatización
 - ◆ Cómo desarrollar un ciclo de AAEs
 - ◆ Ciclo para la mujer y cómo desarrollarlo
 - ◆ Qué es y cómo se usa la insulina en culturismo
- 💰 INVERSIÓN ya con certificación: \$5,850.00

 Para realizar tu reservación, puedes hacerla al siguiente número de tarjeta Santander: 5579 0890 0437 1830

 Una vez realizado tu pago, es importante enviarlo al WhatsApp: 5533991291

 Para reservar tu lugar, se requiere un anticipo de \$1,500.00 y liquidar en la sesión 1.

! No se aceptan devoluciones, cancelaciones o bien que sea tomado el importe para otro evento. Una vez realizado tu pago, aceptas y te das por notificado.

 Ubicación: Calle Lago San Martín No. 10, Colonia Argentina Antigua, Alcaldía Miguel Hidalgo, Ciudad de México.

 www.educadeporte.edu.mx

 Renadep.com