



CERTIFICATE COMO ENTRENADOR PERSONAL

La UTN, a través de su Entidad de Certificación y Evaluación te invita a tomar el curso de capacitación especializado en recomposición corporal e hipertrofia muscular.

- Podrás obtener un documento de validez oficial en toda la República Mexicana, avalado por CONOCER, la SEP y la Universidad Tecnológica de Nezahualcóyotl
- Serás reconocido a nivel nacional a través del RENAP (Registro Nacional de Personas Certificadas en Competencias Laborales)
- Reforzarás tus competencias laborales, destrezas y habilidades
- Es una certificación por competencias en la cual demuestras tu saber, tu saber ser y tu saber hacer (conocimientos, actitudes - hábitos - valores y tus desempeños)

El proceso es muy sencillo, consta de tres etapas y en todo momento estás acompañado por personal certificado y calificado para aclarar tus dudas y atender tus comentarios:

1.- CAPACITACIÓN

Consta de 4 módulos (teoría y práctica), los temas a tratar están aplicados al acondicionamiento físico, fisicoculturismo y fitness. Se comienza desde 0 hasta lo requerido para la certificación

Si la entrega de trabajos y tareas se realiza en tiempo y forma, podrás obtener un reconocimiento adicional por parte de la universidad.

2.- EVALUACIÓN

En este proceso, demostraras tus conocimientos, habilidades, destrezas, desempeños y actitudes, hábitos y valores.

3.- CERTIFICACIÓN

Si los dos procesos anteriores fueron satisfactorios, se tramitará tu certificado de competencia laboral.

Módulo 1

TEMARIO:

1. Introducción al entrenamiento
2. Introducción a los principios de pedagogía
3. Anatomía aplicada al acondicionamiento físico
4. Biomecánica aplicada al acondicionamiento físico
5. Acondicionamiento Físico en área de pesas

Módulo 2

TEMARIO:

1. ABCD de la evaluación del Estado de Nutrición (teoría)
2. ABCD de la evaluación del Estado de Nutrición (Práctica)

Módulo 3

TEMARIO:

1. Periodización del entrenamiento
2. Fórmulas de Estimación
3. Test de Esfuerzo
4. Test de Fuerza
5. Test de Resistencia
6. Test de Flexoelasticidad

Modulo 4

TEMARIO:

1. Acondicionamiento del tren superior
2. Acondicionamiento del Tren Inferior
3. Entrenamiento por grupo muscular del tren superior
4. Entrenamiento por grupo muscular del tren inferior
5. Biomecánica II (practica)
6. Anatomía II
7. Práctica

Estos temas están aplicados al acondicionamiento físico, fisicoculturismo y fitness

CUPO LIMITADO CON LA FINALIDAD DE BRINDAR LA ATENCIÓN NECESARIA A CADA UNO DE LOS ESTUDIANTES, PARA ESCLARECER CUALQUIER DUDA GENERADA DURANTE LAS CLASES, Y LOGRAR QUE EL TEMARIO SEA ENTENDIDO EN SU TOTALIDAD. NUESTRA PRIORIDAD ERES TÚ, DESEAMOS QUE OBTENGAS LOS CONOCIMIENTOS NECESARIOS, Y TE LLEVES UNA EXCELENTE EXPERIENCIA.

Para más información

Envía WhatsApp: Ing. Erika Caballero al 55-61-42-18-89

Envía correo electrónico: erika.caballeroec@utn.edu.mx

