www.affeq.com.mx
AFFEQ
ASOCIACIÓN DE FISICOCONSTRUCTIVISMO Y FITNESS DEL ESTADO DE QUERÉTARO A.C.
QUERÉTARO
CERTIFICACIÓN PARA
ENTRENADOR PERSONAL
WABBA
INTERNATIONAL

SEDE: AFFEQ

DIRECCIÓN: AV. PROL. ZARAGOZA NO.1063-32 PLAZA CRISTAL, COL, LOS OLIVOS, CORREGIDORA, QRO.

INICIO: SÁBADO 26 DE ABRIL

MODALIDAD: PRESENCIAL

DURACIÓN: 11 SEMANAS

FECHAS:

- MÓDULO 1 - 26 Y 27 DE ABRIL
- MÓDULO 2 - 03 Y 04 DE MAYO
- MÓDULO 3 - 10 Y 11 DE MAYO
- MÓDULO 4 - 17 Y 18 DE MAYO
- MÓDULO 5 - 24 Y 25 DE MAYO
- MÓDULO 6 - 31 DE MAYO Y 01 DE JUNIO
- MÓDULO 7 - 07 Y 08 DE JUNIO
- MÓDULO 8 - 14 Y 15 DE JUNIO
- MÓDULO 9 - 21 Y 22 DE JUNIO
- MÓDULO 10 - 28 Y 29 DE JUNIO
- MÓDULO 11 - 05 DE JULIO

HORARIOS:

- REGISTRO: 9:30 AM
- SÁBADOS: 10:00 AM A 2:30 PM (TEÓRICO)
- DOMINGOS: 8:00 AM A 2:00 PM (PRÁCTICO GYM)

COSTOS:

• COSTO TOTAL: $8,800.00

• COSTO POR MÓDULO: $800.00

• PAGO TOTAL CON DESCUENTO EL DÍA DE INICIO DE CURSO: $7,000.00

* EL PAGO TOTAL DEL CURSO NO REQUIERE PAGO POR MÓDULO.

¿CÓMO ME INSCRIBO?

1) REALIZA TRANSFERENCIA O DEPÓSITO BANCARIO (BBVA)

· MAURICIO FRANCO GUÍZAR

· CLABE: 0126 8001 5048 121975

· NÚMERO DE CUENTA: 150 481 2197

· DEPÓSITO EN OXXO: 4152 3136 7050 8162

2) ENVÍA TU FICHA DE PAGO Y NOMBRE COMPLETO POR WHATSAPP AL TEL. 442 422 8964.

* ENVÍA COMPROBANTE DE PAGO LO ANTES POSIBLE PARA ASEGURAR TU LUGAR

EN CASO DE CANCELACIÓN POR PARTE DEL ALUMNO, NO HABRÁ REEMBOLSO DEL PAGO TOTAL O PARCIAL.

SE ENTREGARÁ DOCUMENTACIÓN OFICIAL:

• CERTIFICADO, CARNET Y CREDENCIAL DE ENTRENADOR CON AVAL DE WABBA INTERNATIONAL.

• MANUAL DE ENTRENADOR PERSONAL.

• PLAYERA OFICIAL AFFEQ.

ACREDITACIÓN:

* PARA LA ACREDITACIÓN DE LA CERTIFICACIÓN, SE TOMARÁN EN CUENTA LOS SIGUIENTES PUNTOS:

• ASISTENCIAS:

• EVALUACIÓN DE PRACTICA:

• TRABAJO DE EVALUACIÓN FINAL (DERECHO A EXAMEN).

• EXAMEN DE EVALUACIÓN PARCIAL Y FINAL.

OBJETIVO:

ESTE CURSO ESTÁ DIRIGIDO PARA TODAS AQUELLAS PERSONAS QUE QUIEREN ORIENTAR SU FUTURO LABORAL HACIA EL SECTOR DEPORTIVO, ESPECIALMENTE COMO ENTRENADOR DE PESAS, ASÍ COMO PARA TODAS AQUELLAS PERSONAS QUE QUIERAN AMPLIAR SUS CONOCIMIENTOS SOBRE ESTE ÁMBITO.

EL PRESENTE CURSO TIENE UN ENFOQUE PROFESIONAL, CON UN VALOR CURRICULAR QUE AMPLIA TUS CAPACIDADES Y RAZONAMIENTOS PARA LLEVAR A CABO ÉSTA IMPORTANTE ACTIVIDAD.

PERFIL DE INGRESO:

INSTRUCTORES DE GIMNASIO, ENTRENADORES DE PISO, ENTRENADORES DEPORTIVOS. ESTUDIANTES O LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA, ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y RECREACIÓN, NUTRICIÓN, FISIOTERAPIA, REHABILITACIÓN, ENFERMERÍA, MEDICINA, O CUALQUIER ÁREA DE LA SALUD.

PÚBLICO EN GENERAL CON DESEO POR FORMARSE COMO ENTRENADOR PERSONAL.

TEMARIO:

1. ENTRENADOR PERSONAL, COACHING, CONSULTA Y EVALUACIÓN DEL ESTADO DE SALUD DEL CLIENTE.
• LIE. ESTEFANÍA PEÑA.

2. DOSIFICACIÓN Y DISEÑO DE PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA E HIPERTROFIA BÁSICO.
• LFT. ISIDRO ANDRÉS HERRERA.

3. DOSIFICACIÓN Y DISEÑO DE PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA E HIPERTROFIA AVANZADO.
• LFT. ISIDRO ANDRÉS HERRERA.

4. PREVENCIÓN DE LESIONES Y REHABILITACIÓN FÍSICA BASADA EN ENTRENAMIENTO DE FUERZA.
• LFT. ISIDRO ANDRÉS HERRERA.

5. METODOLOGÍAS DE HIPERTROFIA Y RESISTENCIA.
• QUI. ALAIN PESCADOR.

6. METODOLOGÍAS DE FUERZA Y POTENCIA.
• LIC. ULISES RAMÍREZ MARTINEZ.

7. ENTRENAMIENTO PARA POBLACIONES ESPECÍFICAS (HIPERTENSIÓN, DIABÉTICOS, ADOLESCENTES, ADULTOS MAYORES, EMBARAZADAS).
• LIE. ESTEFANIA PEÑA MACIAS.

8. ANTROPOMETRÍA (COMPOSICIÓN CORPORAL).
• L.N. JULIA ALEJANDRA RAZO.

9. RESPUESTAS ENDOCRINAS AL EJERCICIO DE FUERZA.
• LIE. ESTEFANÍA PEÑA.

10. TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS.
• TUM. JOSÉ JULIO LUNA.

11. EXAMEN FINAL.

EL TEMARIO Y LA PARTICIPACIÓN DE LOS PONENTES QUEDA ESTRICTAMENTE A CARGO DE LA COORDINACIÓN ACADÉMICA Y DE LA DIRECCIÓN DE AFFEQ, ESTIPULANDO QUE SE PUEDEN DAR CAMBIOS SOBRE LOS MISMOS SIN PREVIO AVISO.

WABBA
INTERNATIONAL

**ASOCIACIÓN DE FISICOCONSTRUCTIVISMO
Y FITNESS DEL ESTADO DE QUERÉTARO A.C.**

**(442) 422 8965 (whatsapp)
Facebook: affeq
contacto@affeq.com.mx
www.affeq.com.mx**