



www.fisicoculturismomx.com

FISICOCULTURISMO
México

EN LÍNEA

CERTIFICACIÓN PARA ENTRENADOR
PROFESIONAL DE PESAS



INICIO: LUNES 20 DE MAYO

MODALIDAD: EN LÍNEA

FECHAS:

- MÓDULO 1: 20 DE MAYO
 - MÓDULO 2: 27 DE MAYO
 - MÓDULO 3: 03 DE JUNIO
 - MÓDULO 4: 10 DE JUNIO
 - MÓDULO 5: 17 DE JUNIO
 - MÓDULO 6: 24 DE JUNIO
 - MÓDULO 7: 01 DE JULIO
 - MÓDULO 8: 08 DE JULIO
 - MÓDULO 9: 15 DE JULIO
 - MÓDULO 10: 22 DE JULIO
 - MÓDULO 11: 29 DE JULIO
- * *DURACIÓN: 11 SEMANAS*

COSTOS:

- COSTO TOTAL DEL CURSO: \$8,800.00
 - COSTO POR MÓDULO: \$800.00
 - **PAGO TOTAL CON DESCUENTO HASTA EL VIERNES 26 DE ABRIL: \$4,400.00**
- * *EL PAGO TOTAL DEL CURSO NO REQUIERE PAGO POR MÓDULO.*
- **PAGO POR MÓDULO CON DESCUENTO HASTA EL VIERNES 26 DE ABRIL: \$400.00**
- * *EL COSTO DE PROMOCIÓN APLICA PARA TODOS LOS 11 MÓDULOS.*

¿CÓMO ME INSCRIBO?

1) REALIZA DEPÓSITO O TRANSFERENCIA A NOMBRE DE ARTURO FRANCO GUÍZAR.

- BANCO: BBVA
- CLABE: 012 685 00199240438 8
- NÚMERO DE CUENTA: 019 924 0438
- DEPÓSITO EN OXXO: 4152 3135 0990 1646 (BBVA)
- DEPÓSITO EN COMERCIO: 4915 6630 7718 0918 (BANORTE)

2) ENVÍA TU FICHA DE PAGO, NOMBRE COMPLETO Y CORREO ELECTRÓNICO POR WHATSAPP AL TEL. 556 436 0969

* SI EL PAGO ES POR MÓDULO DEBERÁ REALIZARSE DE LA MISMA MANERA PREVIO AL MÓDULO SIGUIENTE.

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

PROCEDIMIENTO:

• UNA VEZ RECIBIDO EL COMPROBANTE DE PAGO, SE AGREGARÁ AL ALUMNO AL GRUPO DE WHATSAPP DE LA CERTIFICACIÓN Y SE LE ENVIARÁ A SU CORREO ELECTRÓNICO UN NOMBRE DE USUARIO, UNA CONTRASEÑA Y UNA GUÍA DE PROCEDIMIENTOS PARA QUE PUEDA INGRESAR CON SU CUENTA Y COMENZAR EL CURSO EN LA FECHA INDICADA.

• TODOS LOS LUNES SE ACTIVARÁ UN MÓDULO A CURSAR, EL ALUMNO TENDRÁ ACCESO AL MATERIAL DEL MÓDULO Y TEMARIO CORRESPONDIENTE.

CLASES:

- TODOS LOS MÓDULOS CUENTAN CON CLASES GRABADAS Y SE PUEDEN VISUALIZAR EN CUALQUIER MOMENTO.
- LAS CLASES NO REQUIEREN DE HORARIOS EN ESPECÍFICO.

* LA CERTIFICACIÓN TENDRÁ LÍMITE DE 11 SEMANAS PARA CONCLUIRLA A PARTIR DE SU FECHA DE INICIO.

RECURSOS Y MATERIALES DE ESTUDIO:

- 1) CLASES GRABADAS.
- 2) SESIÓN DE PREGUNTAS Y RESPUESTAS.
- 3) MANUAL EN FORMATO PDF.
- 4) RÚBRICAS DE EVALUACIÓN.
- 5) FOROS DE DISCUSIÓN.

AL ACREDITAR LA CERTIFICACIÓN SE HARÁ ENTREGA DE:

- 1) CERTIFICADO POR PARTE DE FISICOCULTURISMO MÉXICO S.C. CON AVAL DE WABBA INTERNATIONAL CON UN VALOR CURRICULAR DE 80 HORAS LECTIVAS.
- 2) CARNET DE ENTRENADOR PROFESIONAL.
- 3) CREDENCIAL DE ENTRENADOR PROFESIONAL.

UNA VEZ APROBADA LA EVALUACIÓN FINAL, EL ALUMNO DEBERÁ ENVIAR POR PAQUETERÍA LA SIGUIENTE DOCUMENTACIÓN:

- FORMATO DE REGISTRO
 - 1 COPIA DE INE/IFE CURP O ACTA DE NACIMIENTO.
 - 2 FOTOGRAFÍAS TAMAÑO CREDENCIAL OVALADA (3.5 X 5 CM)
 - 2 FOTOGRAFÍAS TAMAÑO PASAPORTE RECTANGULAR (4.5 X 3.5 CM)
- EL ALUMNO RECIBIRÁ SU CERTIFICADO POR PAQUETERÍA EN UN LAPSO DE 30 DÍAS HÁBILES DESPUÉS DE HABER INICIADO EL TRÁMITE CORRESPONDIENTE.

ACREDITACIÓN:

- 1) FOROS DE DISCUSIÓN - 30%
- 2) RESUMEN DE CLASE - 30%
- 3) TRABAJOS DE EVALUACIÓN - 40%
- 4) EXAMEN DE EVALUACIÓN FINAL - 50%



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.
- SE DOTARÁ AL ALUMNO LA INFORMACIÓN NECESARIA PARA SUPERVISAR SATISFACTORIAMENTE LAS NECESIDADES DE LOS DISTINTOS OBJETIVOS ESTÉTICOS, DEPORTIVOS Y DE SALUD DEL CLIENTE.
- 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 PERSONALES, ENTRENADORES DEPORTIVOS. ESTUDIANTES O LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA, ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y RECREACIÓN, ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, NUTRICIÓN, FISIOTERAPIA, REHABILITACIÓN, ENFERMERÍA, MEDICINA, O CUALQUIER ÁREA DE LA SALUD.
- PÚBLICO EN GENERAL CON DESEO POR FORMARSE COMO ENTRENADOR PROFESIONAL EN EL ÁREA DE PESAS.

TEMARIO:

1. ASPECTOS PROFESIONALES (PERFIL DEL ENTRENADOR DE PISO, ATENCIÓN AL CLIENTE).
 - LIE. ESTEFANÍA PEÑA MACIAS.
2. ANATOMÍA MUSCULO ESQUELÉTICA.
 - LFT. ISIDRO ANDRÉS HERRERA.
3. BIOMECÁNICA APLICADA AL ENTRENAMIENTO DE FUERZA.
 - LFT. ISIDRO ANDRÉS HERRERA.

4. DOSIFICACIÓN Y DISEÑO DE RUTINAS DE ENTRENAMIENTO.

- LIC. ESTEFANÍA PEÑA MACIAS.

5. CALENTAMIENTO Y ENTRENAMIENTO DE LA MOVILIDAD ARTICULAR.

- QUI. ALAIN PESCADOR CASTILLA.

6. TÉCNICAS DE LOS EJERCICIOS DE ENTRENAMIENTO CON MÁQUINAS Y PESO LIBRE.

- QUI. ALAIN PESCADOR CASTILLA.

7. FUNDAMENTOS DE FUERZA E HIPERTROFIA.

- CD. KEVIN ORELLANA GONZALEZ.

8. SISTEMAS Y PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DE PESAS.

- CD. KEVIN ORELLANA GONZALEZ

9. PRINCIPIOS DE METODOLOGIAS, ELABORACION DE RUTINAS Y SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO PARA NIVEL PRINCIPIANTE, INTERMEDIO Y AVANZADO.

- PROF. ENRIQUE JIMÉNEZ ROMERO.

10. MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS.

- TUM. JOSÉ JULIO LUNA.

11. EXAMEN FINAL.

* EL TEMARIO Y LA PARTICIPACIÓN DE LOS PONENTES QUEDAN SUJETOS A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.



FISICOCULTURISMO MÉXICO S.C.

Cel. (556) 436 0969 (whatsapp)

Facebook: fisicoculturismomx

Instagram: fisicoculturismomx

contacto@fisicoculturismomx.com

www.fisicoculturismomx.com