



www.fisicoculturismomx.com

FISICOCULTURISMO
México

EN LÍNEA

CERTIFICACIÓN PARA
ENTRENADOR PERSONAL



INICIO: LUNES 27 DE MAYO

MODALIDAD: EN LÍNEA

FECHAS:

- MÓDULO 1: 27 DE MAYO
- MÓDULO 2: 03 DE JUNIO
- MÓDULO 3: 10 DE JUNIO
- MÓDULO 4: 17 DE JUNIO
- MÓDULO 5: 24 DE JUNIO
- MÓDULO 6: 01 DE JULIO
- MÓDULO 7: 08 DE JULIO
- MÓDULO 8: 15 DE JULIO
- MÓDULO 9: 22 DE JULIO
- MÓDULO 10: 29 DE JULIO
- MÓDULO 11: 05 DE AGOSTO
- MÓDULO 12: 12 DE AGOSTO
- MÓDULO 13: 19 DE AGOSTO

* *DURACIÓN: 13 SEMANAS*

COSTOS:

- COSTO TOTAL DEL CURSO: \$10,400.00
- COSTO POR MÓDULO: \$800.00
- **PAGO TOTAL CON DESCUENTO HASTA EL VIERNES 26 DE ABRIL: \$5,200.00**

* *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 13 MÓDULOS.*

¿CÓMO ME INSCRIBO?

1) REALIZA TRANSFERENCIA O DEPÓSITO BANCARIO.

- MAURICIO FRANCO GUÍZAR
- CLABE: 0126 8001 5048 121975 (BBVA)
- NÚMERO DE CUENTA: 150 481 2197 (BBVA)
- CLABE: 638180000186800199 (NU MÉXICO)
- NÚMERO DE CUENTA 00018680019 (NU MÉXICO)
- DEPÓSITO EN OXXO OPCIÓN 1: 4152 3136 7050 8162 (BBVA)
- DEPÓSITO EN OXXO OPCIÓN 2: 5579 0701 2407 3779 (SANTANDER)

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 13 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 96 HORAS LECTIVAS.
- 2) CARNET DE ENTRENADOR PERSONAL.
- 3) CREDENCIAL DE ENTRENADOR PERSONAL.

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 PERSONAL EN EL ÁREA DE PESAS.

TEMARIO:

1. ENTRENADOR PERSONAL, COACHING, ASPECTOS PROFESIONALES.
(INTRODUCCIÓN A LAS PESAS Y ELEMENTOS TÉCNICOS DE UNA SESIÓN Y ATENCIÓN AL CLIENTE).
 - LIE. ESTEFANÍA PEÑA.
2. DOSIFICACIÓN Y DISEÑO DE PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA E HIPERTROFIA BÁSICO.
 - LFT. ISIDRO HERRERA.
3. DOSIFICACIÓN Y DISEÑO DE PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA E HIPERTROFIA AVANZADO.
 - LFT. ISIDRO HERRERA.
4. PREVENCIÓN DE LESIONES Y CORRECCIÓN DE POSTURAS.
 - LFT. ISIDRO HERRERA.

5. METODOLOGÍAS, SISTEMAS Y TÉCNICAS DEL ENTRENAMIENTO PARA HIPERTROFIA.

- QUI. ALAIN PESCADOR

6. METODOLOGÍAS, SISTEMAS Y TÉCNICAS DEL ENTRENAMIENTO PARA FUERZA.

- QUI. ALAIN PESCADOR.

7. METODOLOGÍAS, SISTEMAS Y TÉCNICAS DEL ENTRENAMIENTO PARA RESISTENCIA.

- LIE. ESTEFANÍA PEÑA.

8. SISTEMAS Y DOSIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTO PARA POBLACIONES ESPECÍFICAS.
(NIÑOS, ADOLESCENTES, ADULTOS MAYORES).

- LIE. ESTEFANÍA PEÑA.

9. SISTEMAS Y DOSIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTO PARA POBLACIONES ESPECÍFICAS.
(OBESIDAD, HIPERTENSIÓN Y DIABETES).

- LIE. ESTEFANÍA PEÑA.

10. EVALUACIONES ANTROPOMÉTRICAS.

- L.N. JULIA A. RAZO.

11. BIOENERGÉTICA.

- L.N. JULIA A. RAZO.

12. PRIMEROS AUXILIOS Y SOPORTE BÁSICO DE VIDA.

- TUM. JULIO LUNA.

13. EXAMEN FINAL.

*** EL TEMARIO Y LA PARTICIPACIÓN DE LOS PONENTES QUEDA SUJETA A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.**



FISICOCULTURISMO MÉXICO S.C.

Cel. (556) 436 0969 (whatsapp)

Facebook: fisicoculturismomx

Instagram: fisicoculturismomx

contacto@fisicoculturismomx.com

www.fisicoculturismomx.com