

UANE



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



FORMACIÓN ONLINE

Titulación expedida por Euroinnova International Online Education
y Universidad Americana del Noreste

Curso de Entrenador Personal

ALIANZA EUROINNOVA Y GRUPO LOTTUS

Gracias a la **colaboración entre Euroinnova y el Grupo Lottus Education**, se pretende ofrecer una formación de calidad al alumnado, que responda a las demandas del mercado laboral a nivel global.

De esta forma, Euroinnova refuerza su presencia en el mercado mexicano, ampliando su catálogo de programas formativos online, gracias a la colaboración con uno de los grupos del sector educativo más importantes del país Latinoamericano, que cuenta con **+80k alumnos presenciales**.

Una alianza que apuesta por la **democratización de la educación**, con el fin de revolucionar el mundo de la formación online y ofrecer a nuestros alumnos y alumnas programas de calidad para que tengan la oportunidad de acceder a un futuro prometedor.



EUROINNOVA Y UANE



Euroinnova International Online Education inicia su actividad con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiantes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminentemente práctica.

Nuestra visión es ser una **escuela de formación online** reconocida en territorio nacional e internacional por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

UANE es una Universidad con más de 14,500 estudiantes, más de 50,000 egresados en los niveles de bachillerato, licenciatura y posgrado, además de 8 campus en 3 estados de la República Mexicana.

La excelencia académica de UANE cuenta con Acreditación 3, otorgada por **la Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior (FIM-PES)**.

También destaca por ofrecer una educación de calidad en todos los aspectos clave, así como apostar por la calidad y la innovación en la enseñanza y el aprendizaje digital con **Quality Matters**.

VALORES

Los valores sobre los que se asienta Euroinnova son:

1

Accesibilidad

Somos cercanos y comprensivos, trabajamos para que todas las personas tengan oportunidad de seguir formándose.

2

Honestidad

Somos claros y transparentes, nuestras acciones tienen como último objetivo que el alumnado consiga sus objetivos, sin sorpresas.

3

Practicidad

Formación práctica que suponga un aprendizaje significativo. Nos esforzamos en ofrecer una metodología práctica.

4

Empatía

Somos inspiracionales y trabajamos para entender al alumno y brindarle así un servicio pensado por y para él.

A día de hoy, han pasado por nuestras aulas más de **300.000 alumnos** provenientes de los cinco continentes. Euroinnova es actualmente una de las empresas con mayor índice de crecimiento y proyección en el panorama internacional.

Nuestro portfolio se compone de cursos online, cursos homologados, baremables en oposiciones y formación superior de postgrado y máster.



Curso de Entrenador Personal



DURACIÓN
100 horas



MODALIDAD
Online



ACOMPANIAMIENTO PERSONALIZADO

TITULACIÓN

Titulación de Curso de Entrenador Personal con 100 horas expedida por Universidad Autónoma del Noreste - UANE en conjunto con Euroinnova International Online Education



DESCRIPCIÓN

Gracias a este Curso de Entrenador Personal podrás iniciarte en el ámbito del entrenamiento personal y fitness deportivo, un sector muy solicitado y que no para de crecer en nuestra sociedad actual. Cuando finalices la formación conocerás los principios fisiológicos y anatómicos básicos relacionados con el entrenamiento y las diferentes técnicas aplicables en este ámbito profesional tan demandado. Con nuestra metodología serás capaz de compaginar la formación con tus necesidades y disponibilidad personal, además de tener a tu disposición a un amplio equipo de profesionales que estarán a tu disposición para adquirir las herramientas requeridas en el mundo del fitness y entrenamiento personal.

OBJETIVOS

- Adquirir los conocimientos necesarios para la iniciación en el fitness y entrenamiento personal.
- Conocer los aspectos clave de las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento.
- Tener la posibilidad de conocer las demandas nutricionales que requiere una persona.
- Profundizar en la Teoría del entrenamiento aplicada a la musculación y fitness.
- Saber estructurar un entrenamiento deportivo según las características de la o las personas entrenadas.
- Identificar las funciones básicas de la figura del entrenador personal.

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Este Curso de Entrenador Personal puede ir dirigido a todas aquellas personas que deseen dedicarse al ámbito del entrenamiento y fitness deportivo, ampliando sus conocimientos sobre entrenamiento personal. Además, trabajadores del sector de la actividad física y el deporte que desean especializarse en este sector

PARA QUÉ TE PREPARA

Con este Curso de Entrenador Personal tendrás la posibilidad de aprender los aspectos

fundamentales del entrenamiento deportivo. Se tendrá la posibilidad de estudiar cómo estructurar los entrenamientos dependiendo del objetivo que se persiga, adquirir nociones acerca de dietética y nutrición aplicada al entrenamiento personal y, además, conocer los elementos esenciales en la prevención de lesiones y la manera de tratarlas.

SALIDAS LABORALES

Las salidas profesionales de este Curso de Entrenador Personal son las personal trainer, monitor de actividades físicas o monitor de actividades dirigidas. Se puede decir que todas las posiciones relacionadas con el ámbito deportivo y, sobre todo, al personal de los centros o gimnasios deportivos. Es el momento de ampliar y desarrollar tu carrera profesional.

FORMAS DE PAGO

- Tarjeta de crédito.
- Transferencia.
- Paypal.
- Bizum.
- PayU.
- Amazon Pay.



Matricúlate en cómodos
Plazos sin intereses.

Fracciona tu pago con la
garantía de

LLÁMANOS GRATIS AL  **+34 900 831 200**

 **innovapay**

6 RAZONES PARA CONFIAR EN EUROINNOVA

1 NUESTRA EXPERIENCIA

- ✓ Más de **20 años de experiencia**.
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción.
- ✓ **100% lo recomiendan**.
- ✓ **Más de la mitad** ha vuelto a estudiar en Euroinnova

Las cifras nos avalan

 **4,7** ★★★★★
2.625 opiniones

 **4,7** ★★★★★
12.842 opiniones

 **8.582**
suscriptores

 **5.856**
suscriptores

2 NUESTRO EQUIPO

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por **más de 300 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3 NUESTRA METODOLOGÍA



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

Con esta estrategia pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva del alumno.



EQUIPO DOCENTE ESPECIALIZADO

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa

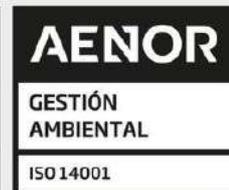


NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante.

4 CALIDAD AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N° 9900000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por AENOR por la ISO 9001



5 CONFIANZA

Contamos con el sello de Confianza Online y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6 SOMOS DISTRIBUIDORES DE FORMACIÓN

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión, Euroinnova incluye dentro de su organización una editorial y una imprenta digital industrial.



ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Programa Formativo

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL ENTRENADOR PERSONAL

1. Concepto de entrenador personal
2. Funciones básicas del entrenador personal
3. Áreas de desarrollo del entrenador personal
4. Perfil de cliente
5. Claves para el éxito del entrenador personal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HISTOLOGÍA, ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL CUERPO HUMANO

1. Nivel químico de organización
2. Histología
3. Anatomía y fisiología
4. Sistema nervioso
5. Sistema osteomuscular
6. Aparato digestivo
7. Sistema circulatorio
8. Aparato respiratorio
9. El sistema Renal. Aparato urinario
10. El sistema endocrino. Órganos de reproducción

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLANIFICACIÓN Y PROGRAMACIÓN DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO

1. El proceso de entrenamiento
2. Estructuración de tiempos y períodos
3. La sesión de entrenamiento
4. Calentamiento
5. Parte principal
6. Enfriamiento o vuelta a la calma

UNIDAD DIDÁCTICA 4. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

1. Necesidades psicológicas en el deporte
2. La finalidad de la intervención psicológica
3. Variables, habilidades y técnicas psicológicas
4. Entrenamiento de habilidades psicológicas
5. Tipos de intervención psicológica
6. El papel de la Psicología
7. Participación de los deportistas en la preparación psicológica

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PAUTAS NUTRICIONALES EN EL DEPORTE

1. Introducción

2. Gasto calórico
3. Hidratos de carbono
4. Grasas
5. Proteínas
6. Pautas nutricionales para el entrenamiento de hipertrofia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

1. Lesiones deportivas: introducción y definición
2. La prevención
3. Tratamiento
4. Lesiones deportivas frecuentes
5. Lesión, ¿Qué hacer?
6. Lesiones en el entrenamiento. Causas comunes

QUIEN QUIERAS SER QUIEN QUIERAS SER
QUIEN QUIERAS SER QUIEN QUIER
QUIEN QUIER QUIEN QUIER
QUIEN QUIERAS SER QUIEN QUIE

Quien quieras ser

