



DIPLOMADO EN

ENTRENAMIENTO PERSONAL FITNESS Y MUSCULACIÓN



ACREDITACIÓN
OFICIAL



PONENTES CON AMPLIA
TRAYECTORIA

VDD[®]
VIVE DEL DEPORTE

OBJETIVO

Actualmente la industria Fitness nos exige actualizarnos para permanecer en competencia dentro un mercado tan cambiante, si no te capacitas quedas obsoleto en el medio, es por eso que te invitamos a asistir y aprender de expertos, lo nuevo en entrenamiento en musculación.

ACREDITACIÓN OFICIAL

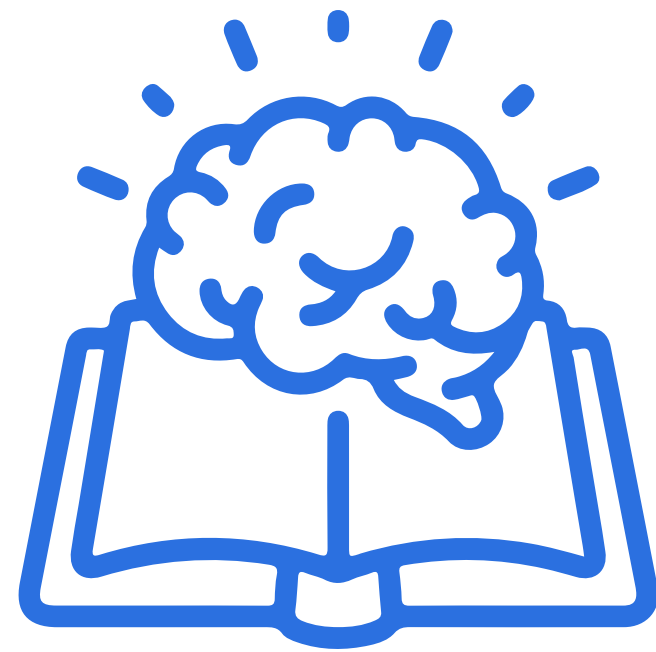
A través de un convenio, se cuenta con acreditación oficial ante las autoridades educativas -Secretaría de Innovación Ciencia y Tecnología del Estado de Jalisco- y otorga valor Curricular a los estudiantes.



ACERCA DE NOSOTROS

Somos un organismo líder desde hace una década en México. Impartimos la mejor calidad educativa, creamos experiencias, y hacemos negocios en el deporte. Todo con un enfoque disruptivo con una misión: Que vivas del Deporte.

Más de 1,000 alumnos capacitados y egresados con las herramientas necesarias para generar un impacto en la industria deportiva y proyectar los resultados de sus servicios.



ACTUALIZA TUS CONOCIMIENTOS

- Planificación para el desarrollo muscular, fuerza y potencia (nuevas metodologías)
- Elaboración del plan alimenticio en el uso del dopaje (suplementación)
- Estrategias efectivas de periodización (individualiza planes según objetivos)
- Psicología del rendimiento deportivo (evita el abandono de metas)

TEMARIO

[POR MÓDULOS]

MÓDULO 1

- Sistema cardiovascular, respiratorio y endócrino.
- Etapas del sistema hormonal femenino.
- Obesidad y sobrepeso.
- Psicología del rendimiento deportivo.
- Psicología del ejercicio e iniciación deportiva.
- Motivación.

MÓDULO 2

- El ejercicio como una fuente de vida saludable.
- Ética del entrenador.
- Principios básicos del entrenamiento.
- Distintos tipos de estimulación muscular.
- Diferencias entre los entrenamientos para la mujer y el hombre.
- Tipos de lesiones y su prevención.

MÓDULO 3

- Introducción a la Medicina Deportiva
- Herramientas para la elaboración de una dieta.
- Calculo dietético.
- Suplementos Proteicos.
- Estudios de laboratorio e interpretación básica.
- Entrenamiento y alimentación para pacientes hipertensos y diabéticos.
- Elaboración de plan alimenticio para personas en uso de dopaje

MÓDULO 4

- Entrenamiento HIT / HIIT
- Planificación para el desarrollo de fuerza y potencia.
- Principios básicos de farmacología
- Clasificación de dopaje
- Preparación en atletas de alto rendimiento



Club SEDE



INVERSIÓN



Inscripción: **\$800**

Inversión mensual: Público: **\$2,500**

Promoción: **\$2,200**

Socios Club y entrenadores: **\$1,800**

REGISTRO

Aparta tu lugar vía WhatsApp



984 146 1283

FECHA DE INICIO

24 y 25 de Febrero 2024

DURACIÓN

4 MESES

MODALIDAD

Presencial en Guadalajara, Jalisco



TE ESPERAMOS

VDD[®]
VIVE DEL DEPORTE