



Programa Master de Personal Trainer

En los últimos años se ha producido en el mundo un giro total del concepto de acondicionamiento físico tradicional.

Es por esto que hemos desarrollado el Master de Personal Trainer, como una propuesta de capacitación que brinde herramientas de actualización para aquellos entrenadores con conocimientos en el área que quieran formarse como verdaderos profesionales del entrenamiento.

CONTENIDOS: El curso se encuentra dividido en 3 módulos:

MODULO 1: Conociendo a nuestro cliente/alumno. Evaluaciones dinámicas, compensación muscular y ejercicios.

MODULO 2: Herramientas de entrenamiento intermitente y pliometría

MODULO 3: Herramientas de entrenamiento de la potencia y transferencia a deportes

MODULO 4: Herramientas de planificación del entrenamiento

Duración

5 meses

Cantidad de horas de cursada

Cursado semanal con una carga horaria de 2 hs

Evaluación y certificación

Las instancias de evaluación previstas son:

- Participación y realización de las diferentes actividades propuestas por los docentes a cargo
- Aprobar los trabajos prácticos correspondientes
- Aprobar el Trabajo Final Integrador

Una vez cumplidas y aprobadas todas las etapas se otorgará un **Certificado expedido por el Centro de Estudio de Actividades Físicas** junto con el certificado avalado por la Empresa **Fitness Cross Internacional**.



www.ceafi.com.ar



info@ceafi.com.ar



+54 11 3597 1226 / +54 11 5317 7097 / +54 11 2305 3967