



Técnico especialista en entrenamiento deportivo

Sku: CURUCAMONL0383

Horas: 45

Formato: HTML

OBJETIVOS

- Obtener una titulación con grandes perspectivas laborales dado el auge deportivo generalizado existente actualmente.
- Capacitar en un servicio cualificado donde pueda prescribir ejercicio físico evaluable.
- Formar y encaminar al mundo laboral a profesionales con inquietudes deportivas y de actividad física.
- Acompañar a las personas en su entrenamiento deportivo de forma adecuada para ayudarle a conseguir sus objetivos

CONTENIDOS

- **Tema I. Introducción**
- **Tema II. Entrenamiento deportivo**
- **Tema III. Cualidades motrices de fuerza**
- **Tema IV. Cualidades motrices de amplitud de movimiento**
- **Tema V. Cualidades motrices de resistencia**
- **Tema VI. Estudio y entrenamiento de las cualidades coordinativas y la velocidad**
- **Tema VII. Organización del entrenamiento**