



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EDU
SPORT

Curso de Entrenador de Fisioculturismo (CARNÉ FEDERADO)





Entrena tu pasión,
fortalece tu talento

ÍNDICE

1 | Somos
EduSport

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
EduSport

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EDUSPORT

EDUSPORT es una institución de formación deportiva online dedicada a ofrecer educación de calidad en el ámbito del deporte. Nuestro objetivo **proporcionar a los entusiastas del deporte las herramientas necesarias con las que elevar sus habilidades al máximo potencial**, alcanzar sus metas y disfrutar de su pasión por el deporte de forma plena.

A través de nuestro contenido educativo, programas personalizados y una comunidad en línea damos lo mejor de nosotros por inspirar, motivar y guiar a nuestros estudiantes en su viaje hacia la excelencia deportiva. En EDUSPORT conocimiento y práctica van unidos y nuestro compromiso con el alumnado es firme para conseguir que alcancen un futuro profesional prometedor.

Más de
18
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT



Desde donde quieras y como quieras,
Elige EDUSPORT



QS, sello de excelencia académica

Edusport: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EDUSPORT

EDUSPORT se engloba en el conjunto de **EDUCA EDTECH** Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online. Todas las entidades bajo el sello **EDUCA EDTECH** comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.

Gracias a ello ha conseguido **el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.**



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



UCAM
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE MURCIA

Universidad de
Vitoria-Gasteiz **EUNEIZ**



Universidad Europea
Miguel de Cervantes

BY EDUCA EDTECH

EDUSPORT es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



[Ver curso en la web](#)

**EDU
SPORT**

METODOLOGÍA LXP

La metodología **LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar dónde, cuándo y cómo quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



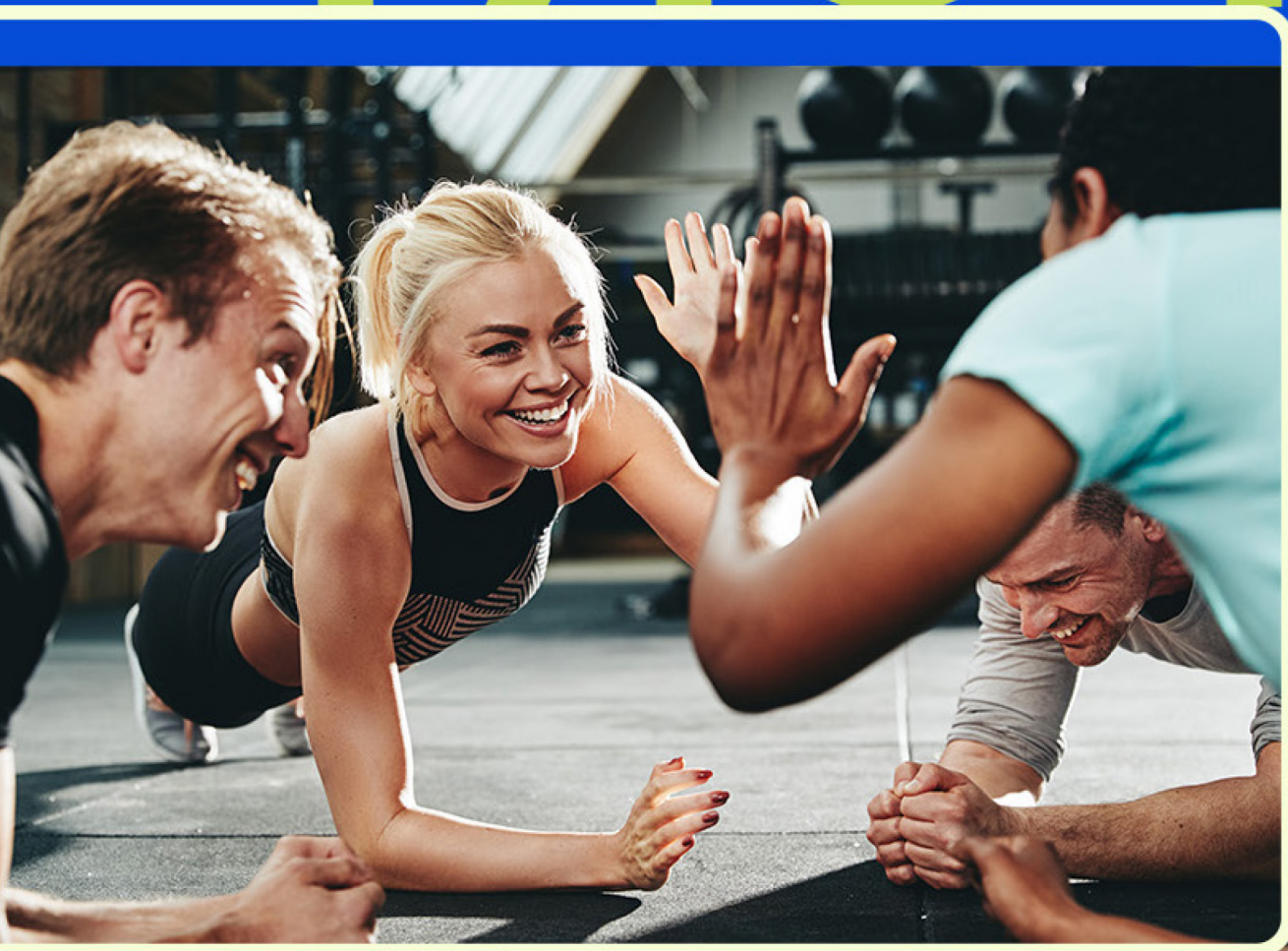
5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUSPORT

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 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.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 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

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

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

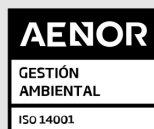


NO ESTARÁS SOLO

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

4. Calidad Aenor

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 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 **imprensa digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster 100 % sin intereses y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
FAMILIA
NUMEROSA

33% Beca
DISCAPACIDAD

20% Beca
DEPORTISTAS DE ÉLITE,
ALTO NIVEL Y ALTO
RENDIMIENTO



EDU
SPORT

[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin intereses de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

Curso de Entrenador de Fisioculturismo (CARNÉ FEDERADO)



DURACIÓN
200 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**

Titulación

Titulación expedida por EDUSPORT, centro especializado en formación deportiva y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional en Preparador de Competición de Culturismo y Fitness, además una vez finalizada la formación, el alumno pasará a formar parte del Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs) que recoge a los profesionales del ejercicio, estableciendo un ESTÁNDAR DE CALIDAD y un REGISTRO PROFESIONAL para garantizar un asesoramiento seguro y efectivo de los clientes usuarios de instalaciones fitness por PROFESIONALES CUALIFICADOS. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

[Ver curso en la web](#)



EDUSPORT

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expiden el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de EDUSPORT.

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX

Y para que conste expiden la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE DEL ALUMNO/A
Firma del Alumno/a

NOMBRE DEL AREA MANAGER
La Dirección Académica



Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Nam, Resolución 5049)

Descripción

En el ámbito profesional en el que tiene su actividad laboral los entrenadores deportivos, es necesario conocer los diferentes campos que recoge dicha actividad laboral. Así, con el presente curso de Entrenador de Fisioculturismo se pretende aportar los conocimientos necesarios para aquellas personas que desean enfocar su actividad al entrenamiento de fisioculturismo. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

Objetivos

- Reconocer los distintos ejercicios que se deben realizar en el mundo del fisioculturismo.
- Conocer las distintas técnicas de entrenamiento dentro del ámbito del culturismo.
- Identificar la suplementación deportiva y ayudas ergogénicas adecuadas a la actividad deportiva que se lleva a cabo.
- Reconocer el tipo de lesiones que pueden desembocar en una mala praxis en el entrenamiento.

A quién va dirigido

El presente curso de Entrenador de Fisioculturismo se encuentra orientado a aquellos profesionales del mundo del entrenamiento, concretamente a aquellos del entrenamiento de fisioculturismo, dentro de la actividad profesional del entrenamiento deportivo y de competición, y a todas aquellas personas interesadas en adquirir conocimientos relacionados con el mundo del fisioculturismo y culturismo en

Ver curso en la web



general.

Para qué te prepara

El presente curso de Entrenador de fisioculturismo, así como el haber superado correctamente todas las Unidades Didácticas de las que se compone el curso y tras haber adquirido las competencias profesionales en relación al contenido trabajado, otorga al alumnado el conocimiento necesario en el ámbito de entrenamiento de fisioculturismo y culturismo.

Salidas laborales

Entrenador deportivo, entrenador de fisioculturismo, técnico en la preparación física personalizada, entrenador personal, técnico en actividades deportivas de competición.

TEMARIO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FISIOLOGÍA Y ANATOMÍA DEL SER HUMANO

1. Sistema óseo
 1. - Huesos de la cabeza
 2. - Huesos del tórax
 3. - Huesos vertebrales
 4. - Huesos de las extremidades superiores
 5. - Huesos de las extremidades inferiores
2. Deformaciones de la columna vertebral
3. El músculo
 1. - Contracción
 2. - Tensión
 3. - Fatiga muscular
4. La piel
5. Aparato respiratorio
 1. - Anatomía
 2. - Fisiología
6. Sistema cardiovascular
 1. - El corazón
 2. - La sangre
7. Aparato digestivo
 1. - Páncreas
 2. - Hígado
 3. - Proceso de la digestión
 4. - Aparato renal
8. Sistema endocrino y hormonas
 1. - Sistema endocrino
 2. - Andrógenos y anabolizantes
9. Sistema nervioso
 1. - Sistema nervioso central
 2. - Sistema nervioso periférico
10. Los fármacos en el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 2. MIOLOGÍA APLICADA

1. Introducción a la Miología
2. Tipos de Tejido Muscular
 1. - Tejido muscular liso
 2. - Tejido muscular esquelético o estriado
 3. - Tejido muscular cardíaco
3. Características del tejido muscular
 1. - Regeneración del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
 1. - Vascularización del músculo esquelético

2. - Inervación del músculo esquelético
3. - Clasificación de los músculos esqueléticos
4. - Funciones del músculo esquelético
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular
 1. - Tono muscular
 2. - Fuerza muscular
7. La contracción muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO FÍSICO

1. Introducción a la fisiología del ejercicio
 1. - Conceptos
 2. - Actividad física y salud cardiovascular
2. Ejercicio físico
 1. - Clasificación
 2. - Factores que influyen en el desgaste físico
 3. - Efectos fisiológicos producidos mediante el ejercicio físico
 4. - Fases del ejercicio físico
3. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
 1. - Adaptaciones metabólicas
 2. - Adaptaciones circulatorias
 3. - Adaptaciones cardíacas
 4. - Adaptaciones respiratorias
 5. - Adaptaciones en la sangre
 6. - Adaptaciones del medio interno
4. La fatiga
 1. - Fatiga muscular aguda
 2. - Fatiga general
 3. - Fatiga crónica

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EJERCICIO Y ACONDICIONAMIENTO FISICOCULTURISTA

1. Gimnasia de musculación. Equipo básico
 1. - Barras
 2. - Mancuernas
 3. - Soportes y jaulas
 4. - Máquinas
 5. - Bancos
2. Terminología de la musculación
 1. - Horario óptimo
 2. - La importancia de la respiración
3. Ejercicios de musculación
 1. - Pectorales
 2. - Dorsales
 3. - Oblicuos
 4. - Hombros
 5. - Bíceps
 6. - Tríceps

- 7. - Abdominales
- 8. - Antebrazos
- 9. - Piernas
- 4. Principios de entrenamiento
 - 1. - Principios de entrenamiento para principiantes
 - 2. - Principios de entrenamiento para avanzados
- 5. Entrenamiento para mujeres

UNIDAD DIDÁCTICA 5. SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA

- 1. Concepto de Suplementación Deportiva y biotipos
- 2. Suplementos deportivos
 - 1. - Proteínas
 - 2. - Carbohidratos
 - 3. - Aminoácidos
 - 4. - Barritas proteicas y/o energéticas
 - 5. - Creatina
 - 6. - Pre y post entrenamientos
 - 7. - Quemadores de grasas
 - 8. - Energéticos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. AYUDAS ERGOGÉNICAS

- 1. Ayuda ergogénica
 - 1. - Principales características
 - 2. - Estudios e investigaciones
- 2. Ayudas ergogénicas de tipo lipídico y sustancias relacionadas
- 3. Ayudas ergogénicas de tipo proteico, aminoácidos y otras sustancias nitrogenadas
- 4. Vitaminas y minerales
- 5. Bicarbonato y otros tampones
- 6. Otras ayudas ergogénicas
 - 1. - Cafeína
 - 2. - Piruvato
 - 3. - Gingenósidos

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS DE ENTRENAMIENTO

- 1. Ejercicios de musculación
- 2. Técnicas básicas de entrenamiento culturista
 - 1. - Adaptaciones al entrenamiento con cargas
- 3. Programación entrenamiento
- 4. Kinesiología
- 5. Intensidad. Conceptos culturistas
- 6. Conceptos básicos

UNIDAD DIDÁCTICA 8. DOPAJE

- 1. Dopaje
 - 1. - Definición

- 2. - Sustancias prohibidas por el Comité Olímpico Internacional
- 3. - Motivos de la lucha antidopaje
- 4. - Historia del dopaje y la relación del mismo con las drogodependencias
- 2. Sustancias y métodos de dopaje
 - 1. - Las sustancias dopantes. Sus metabolitos. Sus precursores
 - 2. - Los métodos de dopaje
- 3. Organización de los controles de dopaje
- 4. Recogida y extracción de muestras
 - 1. - Derechos y deberes de los agentes de control de dopaje Notificación a los deportistas
 - 2. - Preparación y realización de los procesos de toma de muestras
 - 3. - Directrices para realizar el proceso de recogida de muestras de orina en un control del dopaje
 - 4. - Directrices para realizar el proceso de recogida de muestras de sangre en un control del dopaje
 - 5. - Responsabilidades de los escoltas durante los procesos de control y seguridad y procesos tras la toma de muestras
- 5. Laboratorio de control de dopaje del CSD
- 6. Procedimientos disciplinarios
 - 1. - Sanciones
- 7. Normativa antidopaje internacional
 - 1. - La Agencia Mundial Antidopaje
 - 2. - El Comité Olímpico Internacional
 - 3. - Las federaciones deportivas internacionales
 - 4. - El código mundial antidopaje

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

- 1. Introducción a las lesiones deportivas
- 2. Definición
- 3. La prevención
- 4. Tratamiento
- 5. Lesiones deportivas frecuentes
 - 1. - Lesiones deportivas más frecuentes
- 6. ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
- 7. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
- 8. Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
- 9. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

- 1. Introducción a los Primeros Auxilios
 - 1. - Principios básicos de actuación en primeros auxilios
 - 2. - La respiración
 - 3. - El pulso
- 2. Actuaciones en primeros auxilios
 - 1. - Ahogamiento
 - 2. - Las pérdidas de consciencia
 - 3. - Las crisis cardíacas
 - 4. - Hemorragias

- 5. - Las heridas
- 6. - Las fracturas y luxaciones
- 7. - Las quemaduras
- 3. Normas generales para la realización de vendajes
 - 1. - Vendaje para codo o rodilla
 - 2. - Vendaje para tobillo y pie
 - 3. - Vendaje para mano y muñeca
- 4. Maniobras de reanimación cardiopulmonar
 - 1. - Ventilación manual
 - 2. - Masaje cardiaco externo

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!

España     

Latino America  

Reública Dominicana  

Ver curso en la web

EDU
SPORT

EDU SPORT



By
EDUCA EDTECH
Group