



Curso de Monitor de Halterofilia + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)





Entrena tu pasión, **fortalece tu talento**

ÍNDICE

Somos Somos **EduSport**

2 Rankings 3 Alianzas y acreditaciones

By **EDUCA EDTECH**

Metodología LXP

Razones por las que elegir EduSport

Financiación y **Becas**

Métodos de pago

Programa Formativo

Temario

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

Hasta un

100%

de financiación

Más de

300k

estudiantes formados Hasta un

98%

tasa empleabil<u>idad</u>

Hasta un

50%

de los estudiantes repite Hasta un

25%

de estudiantes internacionales





Desde donde quieras y como quieras, Elige EDUSPORT



QS, sello de excelencia académica Edusport: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EDUSPORT

EDUSPORTse 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.















ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNE(Z



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



































METODOLOGÍA LXP

La metodología **LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la Al 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 quera.



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 Al 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 Nº9900000169 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**.



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

15% Beca EMPRENDE

15% Beca RECOMIENDA

15% Beca GRUPO

20% FAMILIA NUMEROSA

33% Beca DISCAPACIDAD 20% Beca DEPORTISTAS DE ÉLITE, ALTO NIVEL Y ALTO RENDIMIENTO



Con la Garantía de:



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

















Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:









y muchos mas...







Curso de Monitor de Halterofilia + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)



DURACIÓN 325 horas



MODALIDAD ONLINE



ACOMPAÑAMIENTO PERSONALIZADO



CREDITOS 5 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Halterofilia con 200 horas expedida por EDUSPORT, centro especializado en formación deportiva. - Titulación Universitaria en Salud Deportiva con 5 Créditos Universitarios ECTS con 125 horas. . Curso puntuable como méritos para oposiciones de acceso a la función pública docente en todas las CC. AA., según R.D. 276/2007 de 23 de febrero (BOE 2/3/2007). Éste se lleva a cabo dentro del plan de formación permanente del profesorado de la Universidad Antonio de Nebrija





Descripción

El Curso de Monitor de Halterofilia + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS) te ofrece la oportunidad de destacar en un sector en auge con una alta demanda laboral. La halterofilia y la salud deportiva son ámbitos en constante crecimiento, donde la necesidad de profesionales cualificados es cada vez mayor. Este curso te capacitará en áreas clave como las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento, la fisiología muscular, los sistemas energéticos y el metabolismo en el ejercicio, así como en la prevención y tratamiento de lesiones deportivas. Además, aprenderás sobre la importancia de la alimentación en el deporte, la psicología deportiva y las técnicas de primeros auxilios, aspectos fundamentales para garantizar un entrenamiento seguro y efectivo.

Complementado con módulos de masaje, vendajes y la relación entre actividad física y salud, obtendrás una formación integral que te permitirá asesorar y entrenar a deportistas de manera profesional. El curso, impartido de manera online, te ofrece la flexibilidad de estudiar a tu propio ritmo, sin necesidad de desplazarte. Esta modalidad te permite compaginar tu formación con otras actividades, facilitando tu acceso a conocimientos actualizados y de calidad. Aprovecha esta oportunidad para convertirte en un referente en el mundo de la halterofilia y la salud deportiva.

Objetivos

- Comprender la anatomía y fisiología del movimiento en halterofilia.
- Identificar los componentes del sistema óseo y su función en el ejercicio.
- Analizar la fisiología muscular y su importancia en la halterofilia.
- Conocer los sistemas energéticos y su papel en el rendimiento deportivo.
- Estudiar el metabolismo durante el ejercicio y su impacto en la salud.
- Aplicar principios de alimentación deportiva para mejorar el rendimiento.
- Reconocer la importancia de la psicología en el deporte y su influencia.



EDUSPORT

- Dominar la teoría del entrenamiento deportivo para optimizar resultados.
- Familiarizarse con las características y técnicas básicas de la halterofilia.
- Aprender a prevenir y tratar lesiones deportivas comunes en halterofilia.
- Adquirir conocimientos en primeros auxilios para emergencias deportivas.
- Entender la estructura y funciones del cuerpo humano en la actividad física.
- Estudiar los músculos y su relevancia en el deporte y la salud.
- Aplicar técnicas de masaje y vendajes para la recuperación deportiva.
- Promover la actividad física como medio para mejorar la salud global.

A quién va dirigido

El Curso de Monitor de Halterofilia + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS) está dirigido a profesionales y titulados del sector deportivo que deseen profundizar en áreas como la anatomía, fisiología muscular, sistemas energéticos y técnicas de halterofilia, además de adquirir conocimientos sobre prevención y tratamiento de lesiones, así como primeros auxilios. Este curso no habilita para el ejercicio profesional.

Para qué te prepara

El Curso de Monitor de Halterofilia + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS) te prepara para comprender en profundidad las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento, el sistema óseo y la fisiología muscular, así como los sistemas energéticos y el metabolismo en la fisiología del ejercicio. Aprenderás sobre la alimentación en el deporte, la importancia de la psicología deportiva y la teoría del entrenamiento, además de características y ejercicios específicos de halterofilia. También adquirirás conocimientos sobre prevención y tratamiento de lesiones deportivas, primeros auxilios, tipos de masajes y vendajes, y la relación entre actividad física y salud. Esta formación complementaria está dirigida a profesionales y titulados del sector interesados en actualizar sus conocimientos, pero no habilita para el ejercicio profesional.

Salidas laborales

- Entrenador personal especializado en halterofilia - Preparador físico en gimnasios y centros deportivos - Asesor nutricional para deportistas de fuerza - Técnico en prevención y tratamiento de lesiones deportivas - Instructor de primeros auxilios en el ámbito deportivo - Masajista deportivo - Especialista en vendajes y recuperación muscular - Asesor en programas de salud y actividad física



TEMARIO

PARTE 1. MONITOR DE HALTEROFILIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

- 1. Introducción a la fisioterapia
 - 1. Mecánica del movimiento
- 2. Fundamentos anatómicos del movimiento
 - 1. Planos, ejes y articulaciones
 - 2. Fisiología del movimiento
 - 3. Preparación y gasto de la energía

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO

- 1. Morfología
- 2. Fisiología
- 3. División del esqueleto
- 4. Desarrollo óseo
- 5. Sistema óseo
 - 1. Columna vertebral
 - 2. Tronco
 - 3. Extremidades
 - 4. Cartílagos
 - 5. Esqueleto apendicular
- 6. Articulaciones y movimiento
 - 1. Articulación Tibio-Tarsiana o Tibio-Peroneo Astragalina
 - 2. Articulación de la rodilla
 - 3. Articulación coxo-femoral
 - 4. Articulación escapulo humeral

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR

- 1. Introducción
- 2. Tejido muscular
- 3. Clasificación muscular
- 4. Acciones musculares
- 5. Ligamentos
- 6. Musculatura dorsal
- 7. Tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS

- 1. Sistema energético
- 2. ATP (Adenosina Trifosfato)
- 3. Tipos de fuentes energéticas
- 4. Sistemas anaeróbico aláctico o sistema de fosfágeno



- 5. Sistema anaeróbico láctico o glucólisis anaeróbica
- 6. Sistema aeróbico u oxidativo

UNIDAD DIDÁCTICA 5. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

- 1. El ejercicio físico
 - 1. Clasificación
 - 2. Efectos fisiológicos del ejercicio físico
 - 3. Efectos fisiológicos en niños y adolescentes
 - 4. Fases del ejercicio
- 2. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
 - 1. Adaptaciones metabólicas
 - 2. Adaptaciones circulatorias
 - 3. Adaptaciones cardíacas
 - 4. Adaptaciones respiratorias
 - 5. Adaptaciones de la sangre
 - 6. Adaptaciones del medio interno
- 3. Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga
 - 1. Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular
 - 2. La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- 1. Fundamentación teórica
- 2. Gasto calórico
- 3. Nutrientes en el deporte
 - 1. Hidratos de carbono
 - 2. Grasas
 - 3. Proteínas
 - 4. Agua y electrolitos
 - 5. Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 7. 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 8. TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

- 1. Introducción al entrenamiento deportivo
- 2. Objetivos del entrenamiento deportivo
- 3. Mecanismos de adaptación al entrenamiento
 - 1. Ley de Schultz-Arnodt
 - 2. Principio de la supercompensación



- 3. Teoría del estrés de Selye
- 4. Carga de entrenamiento y sus variables
 - 1. Magnitud de la carga
 - 2. Tendencia de la carga
 - 3. Naturaleza de la carga
 - 4. Complejidad de la carga
 - 5. Organización de la carga
- 5. Fundamentos generales referidos a los principios del entrenamiento deportivo
 - 1. Principios de la carga para producir efectos de adaptación
 - 2. Principios de la organización cíclica para garantizar la adaptación
 - 3. Principios de especialización para hacer específico el entrenamiento
 - 4. Principios de proporcionalización
- 6. Capacidades físicas básicas
 - 1. Resistencia: aeróbica anaeróbica
 - 2. Fuerza: fuerza máxima fuerza explosiva potencia fuerza resistencia
 - 3. Flexibilidad: movilidad articular elasticidad muscular amplitud de movimiento
 - 4. Velocidad: velocidad de desplazamiento velocidad explosiva, rapidez segmentaria
- 7. Capacidades coordinativas
 - 1. Habilidad motriz: Propiocepción Equilibrio Coordinación
- 8. Efecto del entrenamiento
- 9. Efecto residual de entrenamiento
- 10. El desentrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PRINCIPALES CARACTERÍSTICAS DE LA HALTEROFILIA

- 1. El equipamiento
 - 1. La barra
 - 2. Los discos
 - 3. Collarines
 - 4. La tarima
 - 5. Los cajones (blocks)
 - 6. Racks o soportes
 - 7. Carbonato de magnesio
 - 8. Dispositivos de trazado de trayectoria de barra
- 2. Indumentaria y accesorios
 - 1. Vestimenta de competición y entrenamiento
 - 2. El calzado
 - 3. Cinturón de fuerza
 - 4. Vendajes, apósitos y cintas
 - 5. Guantes y protectores de las palmas de las manos
 - 6. Otra equipación
 - 7. Correas (Wrist Straps)

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LOS EJERCICIOS DE HALTEROFILIA

- 1. Ejercicios clásicos
 - 1. Arrancada (Snatch)
 - 2. Envión (Clean & Jerk)
- 2. Clasificación de los ejercicios de halterofilia



EDUSPORT

- 1. Categorización de los medios fundamentales y adicionales
- 2. Ejercicios preparatorios generales en la halterofilia
- 3. Ejercicios para el entrenamiento de halterofilia
- 4. Ejercicios de halterofilia específicos
- 3. Introducción a la fuerza
 - 1. Concepto de fuerza
- 4. Principio fundamental del entrenamiento de la fuerza
- 5. Tipos de contracción muscular
- 6. Tipos de tensión muscular
- 7. Manifestaciones de la fuerza
 - 1. Manifestación activa
 - 2. Manifestación reactiva
 - 3. Resistencia a la fuerza

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS, PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

- 1. Introducción a las lesiones deportivas
- 2. Definición
- 3. La prevención
- 4. Tratamiento
- 5. Lesiones deportivas frecuentes
 - 1. Introducción
 - 2. 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. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 12. 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. El ahogamiento
 - 2. Las pérdidas de consciencia
 - 3. Las crisis cardíacas
 - 4. Hemorragias
 - 5. Las heridas
 - 6. Fracturas y luxaciones
 - 7. Quemaduras
- 3. Normas generales para la realización de vendajes
- 4. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
 - 1. Ventilación manual
 - 2. Masaje cardíaco externo

PARTE 2. SALUD DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO



- 1. Anatomía
 - 1. Posición anatómica
 - 2. Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
 - 3. Tipos constitucionales del cuerpo humano
 - 4. Clasificación de la anatomía
- 2. Sistemas y aparatos de la anatomía humana
 - 1. Sistema óseo y funciones
 - 2. Aparato respiratorio
 - 3. Sistema cardiovascular
 - 4. Aparato digestivo
 - 5. Aparato renal
 - 6. Sistema endocrino
 - 7. Sistema nervioso
 - 8. La piel

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

- 1. Miología
- 2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
 - 1. Movimientos musculares
- 3. Características del tejido muscular
 - 1. Regeneración del tejido muscular
- 4. El Músculo Esquelético
 - 1. Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
 - 2. Acción muscular sobre el esqueleto
- 5. Uniones musculares
- 6. Tono y fuerza muscular
 - 1. Tono muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- 1. Fundamentación teórica
- 2. Gasto calórico
- 3. Nutrientes en el deporte
 - 1. Hidratos de carbono
 - 2. Grasas
 - 3. Proteínas
 - 4. Agua y electrolitos
 - 5. Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

- 1. Lesiones deportivas. Concepto
- 2. -Prevención de las lesiones deportivas
 - 1. Tratamiento de las lesiones deportivas
- 3. Lesiones en extremidades inferiores
 - 1. Lesiones en la pierna
 - 2. Lesiones en el pie
 - 3. Lesiones en el muslo



- 4. Lesiones en la rodilla
- 4. Lesiones en extremidades superiores y tronco
 - 1. Lesiones en extremidad superior
 - 2. Lesiones en hombro
- 5. Lesiones en los niños
 - 1. Lesiones más frecuente en los niños/as
- 6. Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
 - 1. Tratamiento ortopédico de las lesiones
 - 2. Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
 - 3. Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
 - 4. Hidrología médica y terapias naturales complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

- 1. Introducción a la historia del masaje
 - 1. De Egipto al Islam
 - 2. Desde la Edad Media al Siglo XX
- 2. Introducción al masaje deportivo
 - 1. Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
- 3. Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
 - 1. Claves para el masaje deportivo
- 4. Gimnasia para el masaje. Quirogimnasia
- 5. Efectos fisiológicos del masaje
 - 1. Estiramientos miofasciales en el deporte
- 6. Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
 - 1. Indicaciones del masaje
 - 2. Contraindicaciones del masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

- 1. El masaje
 - 1. Masaje de calentamiento
 - 2. Masaje de intracompetición
 - 3. Masaje de restauración o postcompetición
 - 4. Masaje de entrenamiento o intersemana
 - 5. Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- 2. Automasaje en el deportista
- 3. Masaje ruso
- 4. Reflexoterapia podal en el deportista
 - 1. Beneficios te la reflexiología podal
 - 2. Contraindicaciones de la reflexología podal
- 5. Drenaje linfático manual
 - 1. Técnicas básicas en el drenaje linfático
- 6. Crioterapia, criomasaje y criocinética
 - 1. Efectos fisiológicos
 - 2. Indicaciones y contraindicaciones
 - 3. Formas de aplicación
- 7. Criomasaje y Criocinética
 - 1. Aplicación de criomasaje



- 2. Indicaciones del criomasaje
- 3. Contraindicaciones del criomasaje
- 4. Criocinética
- 8. Shiatsu. Masaje japonés
 - 1. Beneficios del tratamiento con shiatsu

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

- 1. Vendaje funcional
 - 1. Técnicas del vendaje funcional
 - 2. Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
 - 3. Propiedades del vendaje funcional
- 2. Tipos de vendajes funcionales
 - 1. Vendajes funcionales: hombro y codo
 - 2. Vendajes funcionales: muñeca
 - 3. Vendajes funcionales: tronco
 - 4. Vendajes funcionales: muslo y rodilla
 - 5. Vendajes funcionales tobillo y pie
- 3. Otros vendajes
 - 1. Vendajes neuromuscular
 - 2. Vendaje en el paciente con linfedema
 - 3. Vendaje en el paciente amputado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

- 1. Anatomía y biomecánica de la rodilla
 - 1. Exploraciones físicas en la rodilla
- 2. Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- 3. Lesiones en la rodilla
 - 1. Reumatismos de partes blandas en la rodilla
 - 2. Rehabilitación de lesiones de la rodilla
 - 3. Osteopatía
- 4. Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- 5. Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

- 1. Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
 - 1. Actividad física
 - 2. Ejercicio físico
 - 3. Condición física
- 2. Beneficios de la actividad física
 - 1. Componentes de la actividad física
- 3. Efectos de la actividad física y la alimentación
 - 1. Efectos sobre la obesidad
 - 2. Efectos sobre la diabetes
 - 3. Efectos sobre la hipertensión arterial
- 4. Cineantropometría
 - 1. La antropometría



EDUSPORT

- 5. Ayudas ergogénicas
 - 1. Características

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

- 1. Reanimación cardiopulmonar
- 2. Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
 - 1. Congelación
 - 2. Hipotermia
- 3. Calambre, agotamiento y golpe de calor
 - 1. Calambres por el calor
 - 2. Agotamiento por el calor
 - 3. Golpe de calor



Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España	60	+34 900 831 200	Argentina	60	54-(11)52391339
Bolivia	63	+591 50154035	Estados Unidos	63	1-(2)022220068
Chile	63	56-(2)25652888	Guatemala	63	+502 22681261
Colombia	6	+57 601 50885563	Mexico	63	+52-(55)11689600
Costa Rica	6	+506 40014497	Panamá	60	+507 8355891
Ecuador	6	+593 24016142	Perú	60	+51 1 17075761
El Salvador	60	+503 21130481	República Dominicana	60	+1 8299463963

!Encuéntranos aquí!

Edificio Educa Edtech

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



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!





EDU SPORT

