



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EDU
SPORT

Curso de Monitor de Triatlón





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.



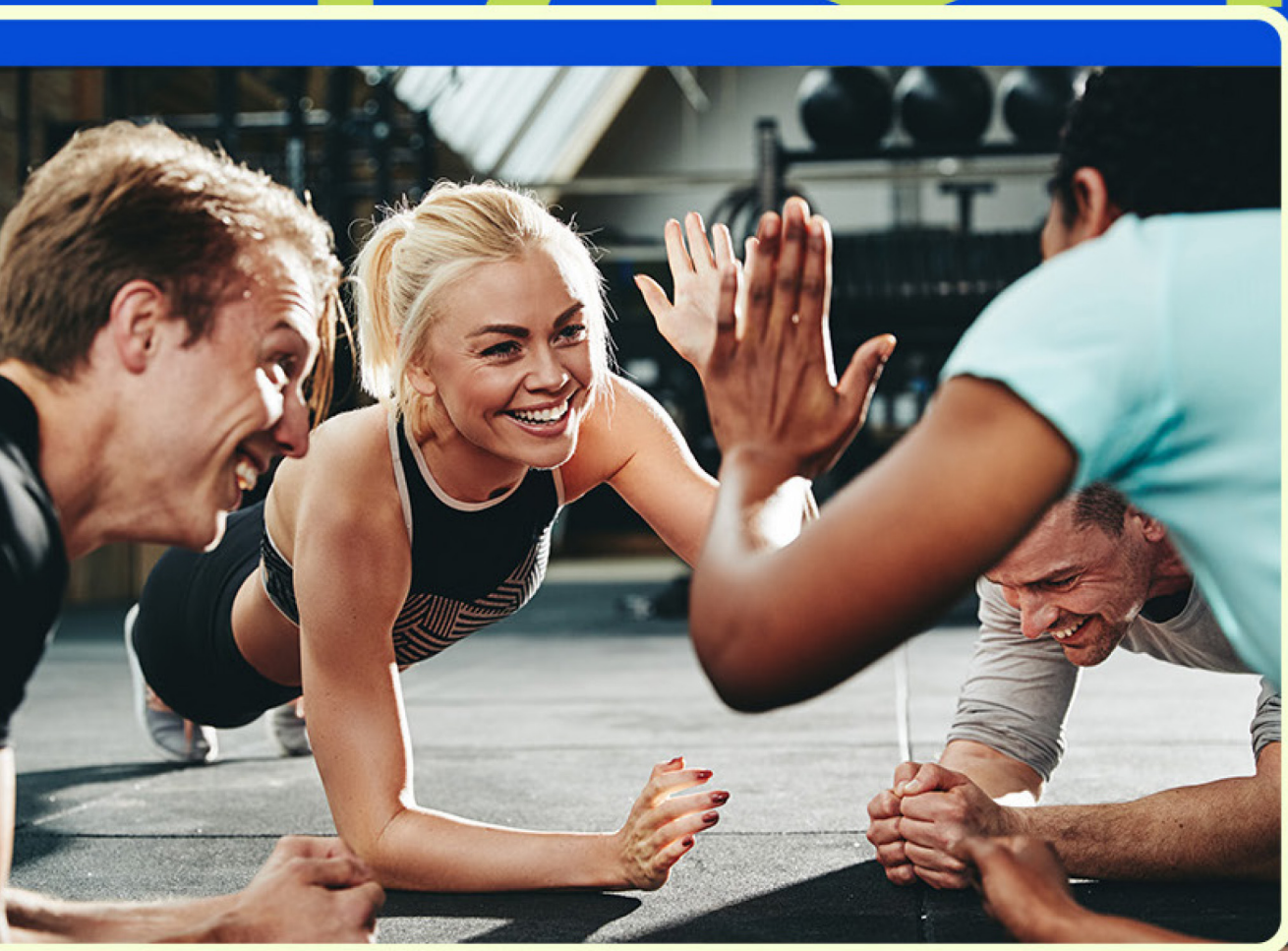
5. Innovación

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.

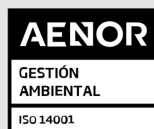


NO ESTARÁS SOLO

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 **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
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 Monitor de Triatlón



DURACIÓN
200 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**

Titulación

Titulación expedida por EDUSPORT, centro especializado en formación deportiva.



EDUSPORT

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

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX 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).

EDU
SPORT

NOMBRE DEL ALUMNO/A
Firma del Alumno/a

NOMBRE DEL AREA MANAGER
La Dirección Académica





Con Estándar Consultoría, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Buen Práctico 0040)

[Ver curso en la web](#)

**EDU
SPORT**

Descripción

Este curso de Monitor de Triatlón le ofrece una formación especializada en la materia. Debes saber que en este curso encontrarás todo lo que necesitas saber para preparar un triatlón con los últimos avances en métodos y tecnología del entrenamiento. Conocerás la confección de un sistema de entrenamiento personal adecuado a tus necesidades y características con el que podrás programar tu entrenamiento anual y semanal. También ofrece ejemplos de programaciones para competiciones de diferentes distancias.

Objetivos

- Aprender cómo maximizar la forma y el estado físico y controlar la fatiga de forma efectiva.
- Conocer ejercicios y estrategias para mejorar la economía en natación, ciclismo y carrera a pie.
- Saber el mejor modo de adaptar tu programa de entrenamiento a lo largo de la temporada.
- Conocer la nutrición inteligente para mejorar la composición del cuerpo y acelerar la recuperación.
- Realizar entrenamiento complementario de la fuerza para crear eficiencia y potencia.

A quién va dirigido

Este curso de Monitor de Triatlón está dirigido a todas aquellas profesionales del mundo de la actividad física y del deporte que quieran profundizar o especializarse en esta materia, también a cualquier personas que quiera tener el título de Monitor de Triatlón.

Para qué te prepara

Este curso de Monitor de Triatlón le prepara para aprender cómo maximizar la forma y el estado físico y controlar la fatiga de forma efectiva, conocer ejercicios y estrategias para mejorar la economía en natación, ciclismo y carrera a pie, saber el mejor modo de adaptar tu programa de entrenamiento a lo largo de la temporada, conocer la nutrición inteligente para mejorar la composición del cuerpo y acelerar la recuperación y realizar entrenamiento complementario de la fuerza para crear eficiencia y potencia

Salidas laborales

Actividad Física y del Deporte / Entrenamiento / Triatlón

TEMARIO

PARTE 1. CUERPO Y MENTE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONDICIÓN MENTAL

1. Sueños, objetivos y misiones
2. Cómo entrenar la cabeza
3. Tu equipo
4. Resumen: Condición mental

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONDICIÓN FÍSICA

1. Tu potencial de triatlón
2. Filosofía de entrenamiento
3. Entrenamiento con un propósito
4. Tecnología de entrenamiento
5. Resumen: Condición física

PARTE 2. FUNDAMENTOS DEL ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONCEPTOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO

1. Principios de entrenamiento
2. Frecuencia, duración e intensidad
3. Volumen
4. Dosis y densidad
5. Carga de entrenamiento
6. Supercompensación
7. Condición, fatiga y forma
8. Resumen: Conceptos básicos del entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 4. INTENSIDAD DEL ENTRENAMIENTO

1. Medición de la intensidad
2. Puntos de referencia de intensidad
3. Definición de zonas de entrenamiento
4. Distribución de la intensidad
5. Resumen: Intensidad del entrenamiento

PARTE 3. ENTRENAMIENTO CON UN PROPÓSITO

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CÓMO EMPEZAR

1. Sueños, metas, objetivos y propósitos
2. Evaluación Preparación del entrenamiento
3. Resumen: Cómo empezar

UNIDAD DIDÁCTICA 6. CÓMO MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA

1. ¿Qué es la condición física?
2. Habilidades
3. Determinación de limitadores de habilidades
4. Habilidades y entrenamiento Resumen: Cómo mejorar la condición física

PARTE 4. CÓMO PLANIFICAR UNA COMPETICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 7. CÓMO PLANIFICAR LA TEMPORADA

1. Periodización del entrenamiento
2. Tu plan de entrenamiento anual
3. Resumen: Cómo planificar la temporada

UNIDAD DIDÁCTICA 8. CÓMO PLANIFICAR LA SEMANA

1. Cómo programar tus sesiones semanales
2. Entrenamiento diario y semanal
3. Especificidades de las sesiones
4. Resumen: Cómo planificar la semana

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ALTERNATIVAS DE PLANIFICACIÓN

1. Alternativas a la periodización lineal
2. Alternativas de periodización no lineal
3. Una solución simple
4. Resumen: Alternativas de planificación

PARTE 5. ESTRÉS, DESCANSO Y RECUPERACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL ESTRÉS DEL ENTRENAMIENTO

1. Riesgo y recompensa
2. Sobreentrenamiento y sobreesfuerzo
3. Lesión y enfermedad
4. Resumen: El estrés del entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 11. DESCANSO Y RECUPERACIÓN

1. Advertencias matutinas
2. Recuperación rápida
3. Recuperación planificada
4. Recuperación en la semana de la competición
5. El descanso y la recuperación en el periodo de transición
6. Resumen: Descanso y recuperación

PARTE 6. VENTAJA COMPETITIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 12. VELOCIDAD

1. Movimiento eficiente
2. Desarrollo de habilidades
3. Habilidades de natación
4. Habilidades de ciclismo
5. Habilidades de carrera a pie
6. Resumen: Velocidad

UNIDAD DIDÁCTICA 13. FUERZA MUSCULAR

1. Entrenamiento neuromuscular
2. Músculo
3. Entrenamiento pliométrico
4. Entrenamiento de fuerza
5. Periodización del entrenamiento neuromuscular
6. Entrenamiento concurrente
7. Resumen: Fuerza muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 14. EL DIARIO DE ENTRENAMIENTO

1. Planificación de un diario
2. Qué hay que anotar
3. Análisis del entrenamiento
4. Análisis de carrera
5. Resumen: El diario de entrenamiento

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

!Encuéntranos 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!



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

EDU SPORT



By
EDUCA EDTECH
Group