



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Curso en Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
Euroinnova

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiandes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminetemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de
19
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 en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



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

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova 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 en la web

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA 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 donde, cuando y como 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 EUROINNOVA

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 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**

20% Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20% Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

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...



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Curso en Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)



DURACIÓN
325 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO**



CREDITOS
5 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Curso en Entrenamiento de Alta Intensidad expedida por EDUSPORT - Titulación Universitaria en Salud Deportiva por la UNIVERSIDAD ANTONIO DE NEBRIJA con 5 Créditos Universitarios ECTS. 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

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide 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 Euroinnova International Online Education.
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX.
Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

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

NOMBRE ALUMNO/A

Firma del Alumno/a

NOMBRE DE AREA MANAGER

La Dirección Académica







Con Estatuto Consultivo, Categoría Superior del Consejo Económico y Social de la UNEDCO (Plan: Resolución 1095)

Descripción

Si quiere dedicarse profesionalmente al entorno del deporte y especializarse en el monitoraje de entrenamiento de alta intensidad este es su momento, con el Curso de Monitor de Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) podrá adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar esta función con éxito. En el ámbito del deporte, es necesario tener unos conocimientos básicos sobre los beneficios y sobre los cuidados que debemos tener a la hora de realizar prácticas deportivas, ya sean de competición o simplemente recreativas. En la actualidad existen diferentes tipos de entrenamiento, pero uno de los más demandados por los deportistas es el entrenamiento de alta intensidad, por ello es importante que los profesionales de esta especialidad conozcan a fondo esta importante manera de entrenarse. Realizando este Curso de Monitor de Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva conocerá los factores que influyen para realizar este entrenamiento de manera profesional, prestando atención al concepto de salud deportiva.

Objetivos

- Establecer un acercamiento a los contenidos mínimos sobre salud deportiva.
- Conocer y reconocer la importancia que posee el masaje en la salud deportiva.
- Verificar y clasificar los distintos tipos de vendaje en función de sus características.
- Reconocer la importancia de una buena alimentación en la práctica deportiva.
- Conocer las lesiones más frecuentes y los tratamientos de los mismos.
- Conocer los tipos de fibras y funcionamiento.
- Aplicar la intensidad frente al volumen de entrenamiento.
- Adaptación al sistema de alta intensidad.
- Realizar pautas del entrenamiento.

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

- Conocer los criterios para la elaboración de una dieta.

A quién va dirigido

Este Curso de Monitor de Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva está dirigido a los profesionales del mundo deportivo y al sanitario y, a todas las personas interesadas en adquirir conocimientos relacionados con la salud deportiva, así como a aquellas personas interesadas en la función de monitor de entrenamiento de alta intensidad.

Para qué te prepara

El presente Curso de Monitor de Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva te prepara para adquirir los conocimientos necesarios sobre la salud deportiva haciendo especial hincapié en las actuaciones que se llevan a cabo conociendo las lesiones producidas por las prácticas deportivas. Además Este Monitor de Entrenamiento de Alta Intensidad + Salud Deportiva le prepara para conocer a fondo el entorno del deporte en relación con la realización del entrenamiento de alta intensidad, ejerciendo como monitor y adquiriendo las técnicas y conocimientos oportunos para desenvolverse de manera experta en el sector.

Salidas laborales

Monitor de entrenamiento de alta intensidad / Entrenador personal / Dietética y nutrición / Salud deportiva.

TEMARIO

MÓDULO 1. ENTRENAMIENTO DE ALTA INTENSIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTEGRIDAD ESTRUCTURAL

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TIPOS DE FIBRAS Y FUNCIONAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MUSCULO Y MOVIMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PAUTAS DEL ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EJERCICIO Y SUS "APLICACIONES"

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INTERVALOS DE RECORRIDO

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL CALENTAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA REPETICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ¿CUÁNTAS SERIES SON NECESARIAS?

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ESTÍMULO Y RESPUESTA

UNIDAD DIDÁCTICA 11. INTENSIDAD FRENTE A VOLUMEN DE ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 12. RECUPERACIÓN Y PROGRESO

UNIDAD DIDÁCTICA 13. DESCRIPCIÓN DE LOS EJERCICIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 14. ADAPTACIÓN AL SISTEMA DE ALTA INTENSIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 15. EL ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 16. LA NECESIDAD DE NO VARIAR EL ENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 17. SÍNTOMAS Y SEÑALES DE SOBREENTRENAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 18. ALGUNOS MITOS QUE ENVUELVEN AL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 19. ABDOMINALES. ILUSIÓN, DESILUSIÓN O FRUSTRACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 20. TRABAJOS DE ALTA INTENSIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 21. LA CINEANTROPOMETRIA

UNIDAD DIDÁCTICA 22. LA COMPOSICIÓN CORPORAL

UNIDAD DIDÁCTICA 23. EL EJERCICIO Y LOS PRINCIPIOS INMEDIATOS (MACRONUTRIENTES)

UNIDAD DIDÁCTICA 24. CRITERIOS PARA LA ELABORACIÓN DE UNA DIETA

UNIDAD DIDÁCTICA 25. PESOS LIBRES O MÁQUINAS

UNIDAD DIDÁCTICA 26. LA IMPORTANCIA DEL AGUA

MÓDULO 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 cardíaco

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. Quiroginmasia
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 de la reflexiología podal

- 2. - Contraindicaciones de la reflexología podal
- 5. Drenaje linfático manual
 - 1. - Técnicas básicas en el drenaje linfático
- 6. Crioterapia, criomasaaje y criocinética
 - 1. - Efectos fisiológicos
 - 2. - Indicaciones y contraindicaciones
 - 3. - Formas de aplicación
- 7. Criomasaaje y Criocinética
 - 1. - Aplicación de criomasaaje
 - 2. - Indicaciones del criomasaaje
 - 3. - Contraindicaciones del criomasaaje
 - 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
- 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		+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 en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



By
EDUCA EDTECH
Group