



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

**EDU**  
**SPORT**

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





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**

[Ver curso en la web](#)

**EDU**  
**SPORT**

## 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.

SPORT



SPORT

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

[Ver curso en la web](#)

## 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 interéres de forma segura.



**VISA**

**PayPal**

**bizum**

**amazon pay**

**Apple Pay**

**Google Pay**

Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



**DISCOVER**



y muchos mas...



[Ver curso en la web](#)

**EDU**  
**SPORT**

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



**DURACIÓN**  
325 horas



**MODALIDAD  
ONLINE**



**ACOMPANIAMIENTO  
PERSONALIZADO**



**CREDITOS**  
5 ECTS

### Titulación

---

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Karate + Salud Deportiva con 200 horas expedida por EDUSPORT, centro especializado en formación deportiva. -Titulación Universitaria en Salud Deportiva 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

[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 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).

NOMBRE DEL ALUMNO/A  
Firma del Alumno/a

EDU  
NOMBRE DEL AREA MANAGER  
La Dirección Académica



Con el aval de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno de España y la UVEIC (Plan Propio de Formación)

## Descripción

El interés en las artes marciales ha ido creciendo desde su entrada en Occidente, llenando los gimnasios de practicantes de este arte marcial, el karate. Con este curso de Monitor de Karate + Salud Deportiva se estudiará todos los fundamentos relacionados con estas artes marciales y esta filosofía, así como la preparación física y mental, y la estructuración y preparación de clases de karate. 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. Es por ello que, el presente curso de Monitor de Karate + Salud Deportiva estable un acercamiento a los contenidos indispensables sobre la salud deportiva.

## Objetivos

- Definir el arte del karate a través de su historia, su lugar de práctica y el maestro, así como los diferentes estilos que reconoce la RFEK.
- Conocer las diferentes posiciones (Dachi) que se realizan en la práctica del karate a través de sus características y colocación del cuerpo.
- Identificar las técnicas defensivas sobre las paradas y bloqueos (Uke), así como sus características y la colocación de los miembros que realizan el bloqueo.
- Describir las características de los golpes que se realizan con el puño o nudillos de los dedos (Tsuki) en karate, así como los golpes que se realizan con los miembros superiores (Uchi), y con los miembros inferiores o patadas (Geri).
- Definir las diferentes formas que existen en karate para inmovilizar, someter y/o reducir al adversario a través de las técnicas de proyecciones, luxaciones y estrangulaciones.
- Analizar las formas en las que se ponen en prácticas los fundamentos técnicos del karate para su puesta en marcha en combate, ya sea en práctica imaginaria (kata), o en combate real (kumite).

Ver curso en la web

- Definir los fundamentos del karate que se refieren al calentamiento, al saludo, a la estrategia y táctica que puede adoptar el practicante de karate, así como las técnicas de enseñanza en karate.
- Conocer la teoría del entrenamiento, así como los principios del entrenamiento y mecanismos de adaptación, junto a las capacidades físicas básicas y coordinativas.
- Analizar el reglamento de Kumite, Kata y sus apéndices, tal como reconoce la Real Federación Española de Karate.
- 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.

## A quién va dirigido

---

Este curso de Monitor de Karate + Salud Deportiva está dirigido a todas aquellas personas que quieren dedicarse al mundo del Karate.

## Para qué te prepara

---

Con la realización del curso de Monitor de Karate + Salud Deportiva se adquirirán los conocimientos necesarios para desarrollar actividades de entrenamiento de las técnicas necesarias para el desarrollo del karate, de modo que se puedan cumplir con los objetivos de este arte marcial. El presente curso de Monitor de Karate + 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.

## Salidas laborales

---

Deporte / Karate

## TEMARIO

---

### PARTE 1. MONITOR DE KARATE

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL KARATE

1. Historia del karate
  1. - Origen del karate
  2. - El karate en España
2. El karate-do
  1. - El karategi
  2. - Cinturones
3. El dojo y el sensei
4. Estilos de karate reconocidos por la F. E. K.
  1. - Gensei Ryu
  2. - Goku Ryu
  3. - Kyokushin Kai
  4. - Renbu Kai
  5. - Shito Ryu
  6. - Shoto Kai
  7. - Shotokan
  8. - Wado Ryu
5. Kihon

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. LAS POSICIONES EN KARATE: DACHI

1. Dachi (posiciones)
  1. - Heisoku Dachi
  2. - Musubi Dachi
  3. - Heiko Dachi
  4. - Hachiji Dachi
  5. - Uchi Hachi Ji Dachi
  6. - Sanchin Dachi
  7. - Reno Ji Dachi
  8. - Tei Ji Dachi
  9. - Kosha Dachi
  10. - Kake Dachi
  11. - Migi Ashi Dachi
  12. - Kiba Dachi
  13. - Shiko Dachi
  14. - Neko Ashi Dachi
  15. - Tsuru Ashi Dachi
  16. - Naifanchin Dachi
  17. - Zenkutsu Dachi
  18. - Kokutsu Dachi
  19. - Fudo Dachi (Sochin Dachi)
  20. - Hangetsu Dachi

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. LAS PARADAS O BLOQUEOS: UKE

## 1. Uke (paradas)

1. - Gedan Barai (Gedan Uke)
2. - Age Uke
3. - Age Uke Fumikomi
4. - Uchi Uke (Uchi Ude Uke)
5. - Shuto Uke
6. - Soto Uke (Soto Ude Uke)
7. - Morote Uke
8. - Sho Morote Uke
9. - Jiuji Uke
10. - Tekubi Kake Uke
11. - Kakuto Uke
12. - Sho Nagashi Uke
13. - Sho Osae Uke
14. - Teisho Uke
15. - Ryo Sho Tsukami Uke
16. - Tsukami Uke
17. - Gedan Kake Uke
18. - Haito Uke
19. - Kakiwake Uke
20. - Sukui Uke
21. - Haisu Uke
22. - Otoshi Uke
23. - Kake Te Uke
24. - Shuto Age Uke
25. - Enpi Uke
26. - Uraken Uke
27. - Aiwan Nagashi Uke
28. - Tsuki Uke
29. - Ashibo Kake Uke
30. - Deai Osae Uke
31. - Fukishuto Uke
32. - Nami Gaeshi Barai

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. GOLPES DE PUÑO: TSUKI

## 1. Tsuki (golpe de puño)

1. - Oi Tsuki
2. - Gyako Tsuki
3. - Ura Tsuki
4. - Tate Tsuki
5. - Mawashi Tsuki
6. - Kizami Tsuki
7. - Yama Tsuki
8. - Awase Tsuki
9. - Hasami Tsuki
10. - Kage Tsuki (Mizu Nagashi No Kamae)

11. - Age Tsuki
12. - Yoko Tsuki
13. - Ushiro Tsuki
14. - Heiko Tsuki
15. - Otros Tsukis

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. GOLPES DE LOS MIEMBROS SUPERIORES: UCHI

##### 1. Uchi (golpes)

1. - Shuto Uchi
2. - Haisu Uchi
3. - Haito Uchi
4. - Tetsui Uchi (Kentsui Uchi)
5. - Nukite Uchi
6. - Uraken Uchi
7. - Kakuto Uchi
8. - Ippon Nukite Uchi
9. - Mae Enpi Uchi
10. - Mawashi Enpi Uchi
11. - Otoshi Enpi Uchi
12. - Ushiro Enpi Uchi
13. - Yoko Enpi Uchi
14. - Watside Uchi
15. - Seryiuto Uchi
16. - Nihon Nukite Uchi
17. - Teisho Uchi
18. - Hasami Shuto Uchi/Hasami Tetsui Uchi
19. - Atama Uchi
20. - Sho Uchi
21. - Hasami Haito Uchi
22. - Barate Uchi
23. - Hasami Sho Uchi

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. LAS PATADAS EN KARATE: GERI

##### 1. Geri (Patadas)

1. - Mae Geri Kekomi
2. - Mawashi Geri
3. - Yoko Geri Kekomi
4. - Ura Mawashi Geri
5. - Mawashi Tobi Geri
6. - Mikazuki Geri
7. - Ura Mikazuki Geri
8. - Gyako Mawashi Geri
9. - Yoko Geri Keage
10. - Ushiro Geri Kekomi
11. - Ushiro Geri Keage
12. - Kakato Geri
13. - Mawashi Hiza Geri

14. - Oi Geri
15. - Yoko Geri Fumikomi
16. - Mae Geri Fumikomi
17. - Mae Geri Keage
18. - Yoko Geri Fumikiri
19. - Mae Tobi Geri

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROYECCIONES, LUXACIONES Y ESTRANGULACIONES

1. Nage Waza (proyecciones)
2. Kansetsu Waza (luxaciones)
  1. - Luxaciones básicas
  2. - Luxaciones avanzadas
  3. - Luxaciones restringidas/peligrosas
3. Shime Waza (estrangulaciones)
  1. - Estrangulaciones sanguíneas
  2. - Estrangulaciones respiratorias
  3. - Estrangulaciones nerviosas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL KATA Y EL KUMITE

1. Katas
  1. - Kata de iniciación
  2. - Katas básicos
  3. - Katas superiores
2. Kumite
  1. - Kihon Kumite (combate de entrenamiento)
  2. - Shiai Kumite (combate de competición)
  3. - Jyu Kumite (combate libre)

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. OTROS FUNDAMENTOS DEL KARATE

1. Junbi Undo
2. REI (Saludo)
  1. - OSS
3. La enseñanza del karate
4. La estrategia (Hyoho) y la táctica (Key)
  1. - La estrategia (Hyoho)

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO

1. Introducción al entrenamiento deportivo
2. Objetivos del entrenamiento deportivo
3. Mecanismos de adaptación al entrenamiento
  1. - Ley de Schultz-Arnoldt
  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 11. REGLAMENTO DE KUMITE

1. Reglamentos de competición de kumite
2. Reglamento de kumite
  1. - Artículo 1: El área de competición de kumite
  2. - Artículo 2: Uniforme oficial
  3. - Artículo 3: Organización de las competiciones de kumite
  4. - Artículo 4: El panel del arbitraje
  5. - Artículo 5: Duración de los encuentros
  6. - Artículo 6: Puntuación
  7. - Artículo 7: Criterios para la decisión
  8. - Artículo 8: Comportamiento prohibido
  9. - Artículo 9: Advertencias y penalizaciones
  10. - Artículo 10: Lesiones y accidentes en la competición
  11. - Artículo 11: Reclamación oficial
  12. - Artículo 12: Atribuciones y funciones
  13. - Artículo 13: Comienzo, suspensión y final de los encuentros
  14. - Artículo 14: Normas y procedimientos del panel arbitral
  15. - Artículo 15: Modificaciones

#### UNIDAD DIDÁCTICA 12. REGLAMENTO DE KATA Y APÉNDICES

1. Reglamento de Kata
  1. - Artículo 1: Área de competición de kata
  2. - Artículo 2: Uniforme oficial
  3. - Artículo 3: Organización de la competición de kata
  4. - Artículo 4: El panel de jueces
  5. - Artículo 5: Criterios para la evaluación
  6. - Artículo 6: Operación de los encuentros

7. - Artículo 7: Modificaciones

2. Apéndice 1: La terminología
3. Apéndice 2: Gestos y señales del panel arbitral
4. Apéndice 3: Signos de los anotadores
5. Apéndice 4: Disposición del área de competición de kumite
6. Apéndice 5: Disposición del área de competición de kata
7. Apéndice 6: El karate-gi
8. Anexos de los reglamentos de competición de kumite y kata en categorías inferiores
  1. - Normativa para los campeonatos de España
9. Kumite en categorías alevín/infantil: masculino y femenino
10. Kumite en categoría juvenil masculino y femenino
11. Katas en categorías benjamín, alevín, infantil y juvenil
12. Lista oficial Katas en categorías inferiores
  1. - Lista oficial katas en categorías cadete y sénior: Pruebas técnicas

## PARTE 2. SALUD DEPORTIVA

### MÓDULO 1. SALUD DEPORTIVA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO

1. Anatomía
2. Sistemas y aparatos de la anatomía humana

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

1. Miología
2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
3. Características del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

1. Fundamentación teórica
2. Gasto calórico
3. Nutrientes en el deporte

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1. Lesiones deportivas. Concepto
2. Lesiones en extremidades inferiores
3. Lesiones en extremidades superiores y tronco
4. Lesiones en los niños
5. Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

1. Introducción a la historia del masaje

2. Introducción al masaje deportivo
3. Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
4. Gimnasia para el masaje. Quiroginmasia
5. Efectos fisiológicos del masaje
6. Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

1. El masaje
2. Automasaje en el deportista
3. Masaje ruso
4. Reflexoterapia podal en el deportista
5. Drenaje linfático manual
6. Crioterapia, criomasaje y criocinética
7. Criomasaje y Criocinética
8. Shiatsu. Masaje japonés

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

1. Vendaje funcional
2. Tipos de vendajes funcionales
3. Otros vendajes

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

1. Anatomía y biomecánica de la rodilla
2. Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
3. Lesiones en la rodilla
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
2. Beneficios de la actividad física
3. Efectos de la actividad física y la alimentación
4. Cineantropometría
5. Ayudas ergogénicas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

1. Reanimación cardiopulmonar
2. Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
3. Calambre, agotamiento y 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](mailto:formacion@euroinnova.com)

 [www.euroinnova.com](http://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



By  
EDUCA EDTECH  
Group