



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

**EDU**  
**SPORT**

**Curso de Instructor de Pilates + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS + 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**

[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 **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 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 Instructor de Pilates + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)



### DURACIÓN

325 horas



### MODALIDAD ONLINE



### ACOMPañAMIENTO PERSONALIZADO



### CREDITOS 5 ECTS

## Titulación

---

Doble Titulación: - Titulación Profesional de Instructor de Pilates con 200 horas expedida por EDUSPORT y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional en Instructor de Pilates, 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. También está acreditada por APENB (Asociación Española de Naturopatía y Bioterapía) - 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 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 Comisión Superior del Consejo Económico y Social de la UNED (CSE) Plan Propios (2016)

## Descripción

Si quiere desempeñar su labor profesional en el entorno del deporte y quiere especializarse en pilates este es su momento, con el Curso de Instructor de Pilates + Salud Deportiva podrá adquirir los conocimientos oportunos para realizar 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. Debido al gran auge adquirido por esta modalidad, los instructores de Pilates comienzan a ser los más deseados. Es una mezcla entre la corriente de gimnasia oriental y occidental, basada en una higiene postural que busca conseguir la postura correcta previamente a la ejecución del movimiento. Por ello gracias a este Curso de Instructor de Pilates + Salud Deportiva conocerá todo lo referente a salud deportiva y esta actividad. 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

- 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.
- Ofrecer los conceptos básicos y fundamentos teóricos de la técnica Pilates.
- Dotar al alumnado de conocimientos sobre las bases anatómicas y fisiológicas del cuerpo humano y el movimiento. Identificar las diversas modalidades de Pilates y su respectivo entrenamiento específico.

Ver curso en la web

- Conocer los fundamentos corporales necesarios para una adecuada práctica de Pilates.
- Reconocer diversos casos especiales en los que la práctica del Método Pilates ofrece mayores beneficios y el entrenamiento específico necesario para cada caso.
- Reconocer los diferentes tipos de alimentos y sus características para así poder disfrutar de una dieta nutritiva equilibrada.
- Identificar las lesiones más comunes en el deporte y saber qué hacer en caso de sufrir alguna de ellas.
- Diferenciar las normas éticas que el monitor de Pilates debe seguir y las nociones psicológicas que debe implantar en sus alumnos para lograr éxito en la práctica.

## A quién va dirigido

---

Este Curso de Instructor de Pilates + Salud Deportiva está dirigido a todos aquellos profesionales del entorno del deporte que deseen seguir formándose en la materia y quieran adquirir conocimientos y técnicas sobre la salud deportiva y la actividad de pilates.

## Para qué te prepara

---

El presente Curso de Instructor de Pilates + 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. Este Curso permite que el alumno adquiera los conocimientos necesarios y la técnica correcta de ejecución de cada uno de los ejercicios de Pilates, así como desarrollar las competencias necesarias para aplicarlos en los diferentes ámbitos profesionales.

## Salidas laborales

---

El presente curso permite ampliar el conocimiento tanto en el mundo deportivo como en el ámbito sanitario, por lo que permite el desarrollo de la actividad profesional de manera individual o colectiva junto con otros profesionales. Gimnasios, Centros de actividades, Experto en pilates etc.

## TEMARIO

---

### PARTE 1. INSTRUCTOR DE PILATES

#### MÓDULO 1. PILATES: ACERCAMIENTO CONCEPTUAL

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. APROXIMACIÓN Y BREVE HISTORIA DEL PILATES

1. Inicio y Aproximación Histórica del Método Pilates
2. Pilates : Principios Básicos y Fundamentales
3. Los Aspectos Beneficiosos del Método Pilates
4. Conceptos y bases

#### MÓDULO 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA EN PILATES

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. PILATES : ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL MOVIMIENTO

1. Conceptos básicos en fisioterapia
2. El movimiento: los principios fundamentales anatómicos

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. APARATO LOCOMOTOR: SISTEMA ÓSEO

1. La morfología y fisiología ósea
2. Composición del esqueleto
3. El Sistema óseo y su desarrollo
4. Sistema óseo: Estructura
5. Las diferentes articulaciones relacionadas con el movimiento

##### UNIDAD DIDÁCTICA 4. APARATO LOCOMOTOR: SISTEMA MUSCULAR

1. Fisiología muscular
2. Tejido muscular
3. Clasificación muscular
4. Ligamentos
5. Musculatura dorsal
6. Tendones

##### UNIDAD DIDÁCTICA 5. APARATO RESPIRATORIO

1. El sistema respiratorio
2. Fisiología de la respiración

#### MÓDULO 3. DISEÑO Y DIRECCIÓN DE SESIONES Y ACTIVIDADES EN PILATES

##### UNIDAD DIDÁCTICA 6. INSTALACIÓN, RECURSOS Y MATERIALES PARA LA INSTRUCCIÓN EN PILATES

1. Tipos y características de las instalaciones o sala para la práctica del Pilates
2. Normativa de construcción y mantenimiento de las instalaciones deportivas habituales para la

impartición del Pilates

3. La accesibilidad en las instalaciones deportivas habituales para la impartición del Pilates: barreras arquitectónicas y medidas de adaptación de instalaciones
4. Plan de mantenimiento de las instalaciones deportivas habituales para la impartición del Pilates, sus equipamientos, equipos y materiales
5. Adaptación de las instalaciones y espacios de trabajo para el desarrollo de la sesión de Pilates
6. Materiales básicos y de apoyo en la práctica de Pilates
7. Normas, protocolos de seguridad y prevención de riesgos durante el desarrollo de la sesión de Pilates
8. Normativa vigente en materia de Igualdad de Oportunidades

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. METODOLOGÍA DE INSTRUCCIÓN APLICADA A LAS ACTIVIDADES DE PILATES

1. Teoría y bases fundamentales del aprendizaje y desarrollo motor aplicados al Pilates
2. Metodología didáctica y estilos de enseñanza: adaptación a la instrucción en Pilates para los diferentes tipos de practicantes
3. Diseño y desarrollo de la sesión de Pilates, para su adecuación a las necesidades y expectativas de cada practicante
4. La intervención - dirección y dinamización en la sesión de Pilates
5. Interpretación y utilización de los datos del seguimiento y evaluación continua de los resultados individuales, para la adaptación de las sesiones a las necesidades de los diferentes tipos de practicantes

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. EJERCICIOS EN PILATES

1. Sesiones de Pilates
2. Modalidades del Método Pilates
3. Evaluación postural
4. Ejercicios prepilates

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. CASOS ESPECIALES EN PILATES

1. Embarazadas
2. Artrosis
3. Osteoporosis
4. Ciática
5. La columna vertebral
6. Diabetes

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMALIZACIÓN E INTEGRACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LAS ACTIVIDADES DE PILATES

1. Identificación de los diferentes tipos de discapacidad
2. Adaptaciones generales de las personas con discapacidad a las actividades de Pilates
3. Adaptación de las habilidades básicas y específicas de las actividades de Pilates a las diferentes capacidades
4. Criterios para la organización de las actividades de Pilates adaptadas a las diferentes discapacidades
5. Normas básicas de seguridad e higiene en actividades de Pilates para personas con diferentes

tipos de discapacidades

6. Organismos y entidades locales, autonómicas, nacionales e internacionales relacionadas con las personas con discapacidad

## MÓDULO 4. OTROS CONCEPTOS CLAVES EN EL MÉTODO DE PILATES

### UNIDAD DIDÁCTICA 11. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN EN PILATES

1. Conceptos: Salud, enfermedad, alimentación y nutrición
2. Conceptos asociados
3. Clasificación de los alimentos
4. Clasificación de los nutrientes
5. Necesidades de nutrientes: Pirámide nutricional

### UNIDAD DIDÁCTICA 12. LESIONES Y PREVENCIÓN EN PILATES

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas 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 13. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción a los primeros auxilios
2. Actuaciones en primeros auxilios
3. Normas generales para la realización de vendajes
4. Maniobras de resucitación cardiopulmonar

### UNIDAD DIDÁCTICA 14. PERFIL DEL MONITOR DE PILATES Y SU TRATO CON EL CLIENTE

1. El monitor de Pilates
2. Capacidades del monitor de Pilates
3. Comunicación entre el monitor y el cliente
4. Claves para el éxito del monitor de Pilates

## PARTE 2. CURSO MULTIMEDIA PILATES BÁSICO

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL MÉTODO PILATES.

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. PALABRAS CLAVE.

1. Palabras Clave. Parte I.
2. Palabras Clave. Parte II.

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. EJERCICIOS DE CONCIENCIACIÓN CORPORAL

1. La respiración
2. Control pélvico
3. Control escapular
4. Elongación axial

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. EJERCICIOS BÁSICOS PARA PRINCIPIANTES.

1. Hundred (El cien)
2. Half Roll Down (Rodar hasta la mitad)
3. Single Leg Strech (Extensión individual de pierna)
4. Double Leg Strech (Estiramiento doble de piernas)
5. Scissors (Tijeras)
6. Lower Lift (Elevaciones de piernas)
7. Criss - Cross (Cruces de piernas)
8. Spine Stretch (Estiramiento de la columna)
9. Swan Prep (Preparación al cisne)
10. Side Kick ( Serie de patadas laterales)

#### PARTE 3. CURSO MULTIMEDIA PILATES AVANZADO

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL NIVEL AVANZADO.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. CALENTAMIENTO.

1. Movilidad articular
2. Brazos y hombros.
3. Mitad inferior.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. EJERCICIOS AVANZADOS

1. Hundred
2. Half Roll Down
3. One Leg Circle
4. Single Leg Stretch
5. Double Leg Stretch
6. Scissors
7. Lower Lift
8. Criss Cross
9. Spine Stretch
10. Open Leg Rocker
11. Swan
12. Swimming
13. Side Kick
14. Teaser
15. Side Bend
16. Push Ups

#### PARTE 4. SALUD DEPORTIVA

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

[Ver curso en la web](#)

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. 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, 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 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](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