

# ESPECIALISTA EN ENTRENAMIENTO PERSONAL I EDICION

## FACULTAD CC DEL DEPORTE (UCLM)

30 CRÉDITOS ECTS

### Dirección y Secretaría

Dirección Académica:  
Jose Manuel García García  
Universidad Castilla La Mancha

Secretaría Académica:  
Esmeralda Mata Gómez de Ávila  
Universidad Castilla La Mancha

### Justificación

En los últimos años se ha visto incrementada la demanda del entrenamiento individualizado, por lo que se hace necesaria una adecuada formación que conduzca a la adquisición de las competencias técnicas y personales imprescindibles para ofrecer un entrenamiento personal seguro y de calidad ya se encuentre éste en el ámbito de la prevención y la salud, del rendimiento deportivo, o de la readaptación al esfuerzo.

### Objetivos y competencias

Objetivo general del curso:

Formar entrenadores personales competentes provistos con las capacidades específicas demandadas por el sector en la actualidad.

Competencias específicas a adquirir:

Dominar los métodos y los medios del entrenamiento

Conocer y saber emplear adecuadamente las diversas técnicas de valoración y control del entrenamiento

Diseñar y planificar programas de entrenamientos individualizados seguros y eficaces adecuándose a los objetivos y necesidades del cliente en los diferentes ámbitos: salud, rendimiento y readaptación al esfuerzo.

Dominar los recursos y medios tanto tradicionales como de nueva tendencia a disposición del entrenador personal.

Conocer y adquirir las cualidades personales necesarias para ser un buen profesional del entrenamiento individualizado: habilidades sociales, comunicativas y psicológicas en general.

Analizar la situación del sector laboral y elaborar estrategias y oportunidades de negocio.

Conocer las necesidades nutricionales y de hidratación adecuadas en función de las necesidades o requerimientos de cada cliente.

### Destinatarios:

Titulados Universitarios: Graduados o licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

No titulados: Profesionales que certifiquen experiencia en el sector y deseen ampliar sus conocimientos. Estudiantes de 3º o 4º curso de Ciencias del Deporte. Técnicos de Actividades Físicas y Deportivas (TAFAD).

En el caso de acceder al Título de especialista por la vía de no titulados universitarios (profesionales con experiencia, estudiantes o TAFAD), no se podrá obtener el título de especialista salvo que se posea titulación Universitaria. Sí se podrá obtener el Título de Experto pero únicamente en el caso de cumplir los requisitos para el acceso a la Universidad

**Estructura de los estudios:** 9 Módulos de enseñanza

1. Introducción al entrenamiento personal
2. Biomecánica aplicada al entrenamiento personal
3. Entrenamiento personal en poblaciones sanas
4. Entrenamiento personal en personas con necesidades especiales
5. Seguimiento y control del proceso de entrenamiento
6. Medios y materiales utilizados en el entrenamiento personal
7. Nutrición y dietética
8. Comunicación, marketing y técnicas de venta e imagen
9. Aspectos legales en la práctica como entrenador personal

**Calendario**

Preinscripción: 2-9-2013 al 20-9-2013

Matrícula: 23-9-2013 al 30-09-2013

Celebración: inicio 4 de Octubre 2014

Sesiones presenciales: 15 fines de semana (viernes tarde y sábado mañana) distribuidos de Octubre de 2013 a Febrero de 2014 ambos incluidos.

**Lugar de Celebración**

Facultad Ciencias del Deporte

Universidad de Castilla La Mancha

Toledo

**Precio de los Estudios**

Precio de Matrícula 980 Euros (32,67 € / ECTS)

Fraccionamiento Sí

Plazo del 2º pago. 07/01/2014 hasta 24/01/2014 Cuantía del 2º pago. 400 €.

**Más información:** secretaria académica (esmeralda.mata@uclm.es)