



EUROINNOVA FORMACION
INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

EUROINNOVA FORMACION



como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional
de formación

EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

ALLAL EL MANSOURI NHIRI

con D.N.I. 39393315L ha superado los estudios correspondientes de

Postgrado en Personal Training y Fitness

de 420 horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA en la convocatoria de 2019

Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente EURO/2018-6607-1401-691962

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a 9 de Enero de 2019

La dirección General

JESÚS MORENO HIDALGO



El/La interesado/a

ALLAL EL MANSOURI NHIRI



Centro de Formación
Superior de Postgrado
EUROINNOVA
BUSINESS
SCHOOL



Centro Asociado
INTERNATIONAL COMMISSION
on DISTANCE EDUCATION
Estatuto Consultivo, Categoría Especial,
del Consejo Económico y Social de
Naciones Unidas



Postgrado en Personal Training y Fitness (CARNÉ DE FEDERADO)

CÓDIGO AF: 6607-1401

DURACIÓN: 420 horas

MÓDULO 1. ENTRENADOR PERSONAL Y DEPORTIVO

TEMA 1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA. DIFERENTES USOS DEL DEPORTE

TEMA 2. LA FIGURA DEL ENTRENADOR PERSONAL

TEMA 3. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

TEMA 4. FISIOLOGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

TEMA 5. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

TEMA 6. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO

TEMA 7. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO

TEMA 8. PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO

TEMA 9. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES. INICIACIÓN DEPORTIVA

TEMA 10. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE

TEMA 11. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL USO DE MATERIALES E INSTALACIONES DEPORTIVAS

TEMA 12. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

TEMA 13. PRIMEROS AUXILIOS

TEMA 14. CONTACTO Y TRATAMIENTO CON EL CLIENTE

MÓDULO 2. RECURSOS MULTIMEDIA ENTRENADOR PERSONAL

MÓDULO 3. MUSCULACIÓN Y FITNESS

TEMA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

TEMA 2. SISTEMA ÓSEO

TEMA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR

TEMA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS

TEMA 5. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

TEMA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN APLICADA A LA MUSCULACIÓN Y FITNESS

TEMA 7. TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO APLICADO A LA MUSCULACIÓN Y FITNESS. INTRODUCCIÓN AL ENTRENAMIENTO

TEMA 8. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

TEMA 9. PRIMEROS AUXILIOS APLICADOS A LA MUSCULACIÓN Y FITNESS

ANEXO 1. EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO

MÓDULO 4. RECURSOS MULTIMEDIA TONIFICACIÓN DIRIGIDA