

Dña Belén Gutiérrez Plaza con NIF: 46850932R, como representante legal de Albe Formación Premium SL, empresa dedicada a la formación privada a distancia con CIF: B87029922, certifica que:

Con fecha 17 de Abril de 2021

Ángel Luis Ramos Menéndez

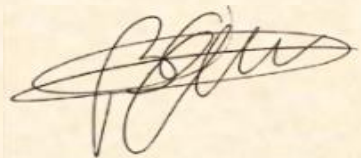
Con NIF: 50732516J

Ha realizado satisfactoriamente el curso de

PERSONAL TRAINER

Con una duración de 180 horas y obteniendo la calificación de **SOBRESALIENTE**

Firmado:



Documento original también firmado digitalmente con DNI electrónico mediante aplicación autofirma

TEMARIO:

TEMA 1: La forma o condición física.

TEMA 2: Principios y planificación del entrenamiento físico.

TEMA 3: El calentamiento.

TEMA 4: El entrenamiento de la resistencia.

TEMA 5: El entrenamiento de la fuerza.

TEMA 6: El entrenamiento de la flexibilidad y el equilibrio.

TEMA 7: Otros recursos en el entrenamiento.

TEMA 8: Fundamentos de dietética.

TEMA 9: Prevención de lesiones deportivas.

TEMA 10: Técnicas de relajación.

TEMA 11: Conocimientos básicos de primeros auxilios.

TEMA 12: Habilidades sociales.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'ALBE', is located in the bottom right corner of the page.

ALBE FORMACION

CIF: B87029922