



EUROINNOVA FORMACION

como Centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

LORENA DIEZ GARCIA

con número de documento 53014591M ha superado los estudios correspondientes de

Monitor de Musculación y Fitness

de 300 horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA

Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente EURO/2021-13248-2101-1153168

Con una calificación de **SOBRESALIENTE**

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en Granada, a 15 de Febrero de 2022.

La Dirección General

JESÚS MORENO HIDALGO



Sello

El/La interesado/a

LORENA DIEZ GARCIA



INTERNATIONAL COMMISSION on DISTANCE EDUCATION





Monitor de Musculación y Fitness

CÓDIGO AF: 13248-2101

DURACIÓN: 300 horas

MÓDULO 1. ASPECTOS TEÓRICOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS

UNIDAD DIDÁCTICA 5. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN APLICADA A LA MUSCULACIÓN Y FITNESS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PRIMEROS AUXILIOS APLICADOS A LA MUSCULACIÓN Y FITNESS

MÓDULO 2. PRÁCTICA. TONIFICACIÓN DIRIGIDA