

D. Isaac Ramón Sales, como Director de ANEF, Formación de Técnicos del Fitness, centro acogido al Decreto Ley 707/1975 del 5 de marzo del Ministerio de Educación y Ciencias sobre ordenación Profesional. Artículo 35. Centro de Enseñanza autorizado por el Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya (DOGC 11-3-87).

CERTIFICA: Que **Ingrid Nieto Pintado** con **DNI 47276019W**, ha **superado satisfactoriamente tras su evaluación** el curso de **Instructor de Fitness en Sala Musculación** en **ANEF, Formación de Técnicos del Fitness**, durante el periodo académico 2019/2020.

El curso tiene los siguientes objetivos:

- Programar, dirigir e instruir actividades de acondicionamiento físico, con los elementos propios de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP) ya sean máquinas de musculación, maquinas cardiovasculares, barras, discos, halteras, aparatos o implementos simples.
- Realizar la determinación inicial y periódica de la condición física, biológica y motivacional de los usuarios, con un nivel de calidad óptimo tanto en el proceso como en los resultados y siempre desde la observancia y promoción de la salud y el bienestar

Dicho curso tiene una duración de **200 horas** lectivas, repartidas en clases teóricas y prácticas.

Parte Teórica

Bases Anatómicas y fisiológicas del movimiento
Principios del entrenamiento
Prevención y tratamiento de lesiones
Introducción a la nutrición equilibrada

Parte Práctica

Técnica de ejecución de ejercicios
segura, eficaz y funcional
Programación de sistemas de
entrenamiento

Para que así conste y a petición del interesado, se firma el presente certificado en Barcelona a once de Agosto de dos mil veinte.


ane
Formación Profesional del Deporte y la Salud, S.L.U.

B-6571612R

C/ Telègraf 42 - 08041 Barcelona

93 421 18 12 - www.aneftad.com

Isaac Ramón Sales

Director de ANEF

Le informamos que los datos personales que contiene este documento, están incorporados en un fichero bajo nuestra responsabilidad. Vd., tiene derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante Formación Profesional del Deporte y la Salud, S.L.U. (ANEF), C/ Telègraf, 42, Local, 08041 - Barcelona, en el teléfono 93.421.18.12 o enviando un correo electrónico a info@aneftad.com. (L.O.P.D. 15/1999).