



CAEFO
Campus Europeo de Formación

Certifica que

Irene Gonzalez Flores

habiendo demostrado su capacidad y superado las pruebas técnicas finales con éxito
en los estudios, expide el presente título de

Máster en Coaching Deportivo

Firmado

Julio Casela Alonso
Director Técnico

Fecha de Emisión

18 de septiembre de 2023

CAMPUS EUROPEO DE FORMACIÓN PERTENECE
A GRUPO GATES, QUE ES MIEMBRO DE ANCYPEL



ANCYPEL



aV6XwprlBk

MÓDULO COACHING

0.- El Coaching 1.- Introducción al coaching 2.- El Coach 3.- El ciclo de coaching 4.- La mochila 5.- Las siete etapas de un proceso de coaching 5.1. Test I Curso Coaching 6.- Bill Gates La Retroalimentación 7.- El Feedback 8.- La aceptación del error 9.- El caso Pans 10.- El caso Papelería Bolilla 11.- Navaja de Ockham 12.- Coaching Ejecutivo 13.- Coaching ejecutivo II 14.- Coaching personal 15.- Dejar de fumar 16.- Principios básicos para el éxito en un proceso de coaching 17.- Agentes en los procesos de coaching 18.- Fases del coaching 19.- Análisis de la Organización 20.- Planificación del Programa 20.1. Test II Curso Coaching 21.- Importancia de la Evaluación 22.- Devolución de información de la evaluación 23.- Diseño del plan individualizado 24.- Puesta en marcha del plan de acción 25.- Sesiones de seguimiento 26.- Evaluaciones periódicas 27.- Sesión de Coaching I 28.- Sesión de Coaching II 29.- Coaching deportivo 30.- Creencias y competencias del coach deportivo 30.1.- Lectura "El coaching deportivo I" 31.- Crear una alianza efectiva 32.- Definir situaciones y elementos 33.- Explorar las opciones y crear un plan de acción 34.- Seguimiento 34.1.- Lectura "El coaching deportivo II"

MÓDULO PERSONAL TRAINER

1. Fundamentos

1.- Anatomía 2.- Kinesiología 3.- Principios del entrenamiento I 4.- Principios del entrenamiento II 5.- Vías energéticas en la actividad física física Lectura Tema 1. Fundamentos Test tema 1 Fundamentos

2. Nutrición deportiva

6.- Alimentación y nutrición del deportista 7.- Necesidades energéticas del deportista 8.- Los micronutrientes 9.- Antioxidantes y ejercicio físico 10.- La mejor dieta para el deportista 11.- Alimentación y competición 12.- Hidratación y rendimiento deportivo 13.- Adaptación a los cambios de clima y horario Lectura Tema 2. La nutrición deportiva Test tema 2 Nutrición deportiva

3. Evaluación inicial

14.- Psicología del deporte 15.- Consulta y evaluación del estado de salud del cliente 16.- Protocolos y valores normativos Lectura Tema 3. Evaluación inicial Test tema 3 Evaluación inicial

4. La técnica de los ejercicios

18.- Ejercicios de flexibilidad 19.- Ejercicios de calentamiento 20.- Técnica de los ejercicios de fuerza