

CERTIFICADO



A

Irene González Flores

Por haber superado satisfactoriamente el curso On-line

**Entrenador de CrossTraining y
Entrenamiento Funcional**

en Valencia, España a 25 de septiembre de 2022

Con una duración de 50 horas lectivas.
Y para que conste se expide el siguiente certificado.


Director Instituto IFIC
Gino Filonzi


Jefe de Estudios
Sebastian Lorenz

TEMA 0: Introducción: ¿Qué es el CrossTraining?

TEMA 1: Aptitudes de un Entrenador de CrossTraining y Entrenamiento Funcional + Vocabulario Básico de CrossTraining

TEMA 2: Anatomía y Fisiología del Deportista + Movimientos básicos del CrossTraining I

TEMA 3: Movimientos Básicos del CrossTraining y Entrenamiento Funcional II

TEMA 4: Movimientos Básicos del CrossTraining y Entrenamiento Funcional III

TEMA 5: Partes de un Entrenamiento de CrossTraining + Reglas del Box de CrossTraining

[TEMA 6: La nutrición en el deporte](#)



ab5fbad0-3ccb-11ed-932c-3b76e000bf22