

ITENACIDET

INSTITUTO TECNOLÓGICO NACIONAL DE CIENCIAS
DEPORTIVAS & TERAPÉUTICAS



ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

🌟 SOBRE LA CERTIFICACION

⚡ Especialidad enfocada en el desarrollo y optimización de capacidades físicas y coordinativas mediante sistemas de entrenamiento funcional, adaptados a las necesidades específicas de deportes, profesiones y diferentes poblaciones.



📄 VALOR CURRICULAR:

Certificado
Diploma
Constancia



✉️ 👤 DIRIGIDO A:

🏃 Entrenadores deportivos, 🧑🏃 preparadores físicos, 🥗 nutriólogos, 🏥 médicos del deporte, 🎯 instructores, 👤 profesionistas del área de la salud y público en general 👤 👤 interesado en capacitarse y ampliar sus conocimientos en el ámbito deportivo. 💪 🏆 📚 🔥

🎓 🌟 DONDE PODRAS TRABAJAR

⚡ Al finalizar la certificación, el egresado dominará los fundamentos del Entrenamiento Funcional para diseñar y aplicar programas efectivos con bases técnico-científicas actualizadas.



LO QUE APRENDERAS

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

- Introducción al Entrenamiento Funcional
- Bodyweight
- TABATA H.I.I.T
- Implementos Funcionales

IMPLEMENTOS FUNCIONALES Y DEPORTES

- Entrenamiento en Suspensión
- Kettlebells
- E.F en Deportes de Conjunto
- E.F. en Deportes de Contacto

E.F EN POBLACIONES ESPECIALES

- E.F en el Embarazo y Población Infantil
- E.F en Adultos Mayores
- E.F en el Síndrome Metabólico
- Estructura de Clase

COACHING DEPORTIVO

- Introducción Al Coaching
- Filosofía y Perfil del Entrenador
- Conceptos del Coaching Deportivo
- Métodos de Aplicación del Coaching

FISIOLOGIA DEL EJERCICIO

- Sistema Esqueletico
- Sistema Muscular
- Sistema Cardio – Respiratorio
- Sistema Endocrino
- Sistema Nervioso Central

ACONDICIONAMIENTO FISICO

- Anamnesis, Registro y Formato de Entrevista
- Reporte de Evaluacion Fisica, Valoracion y Toma de Medidas
- Test de Evaluaciones Fisicas
- Diseño y Aplicación de Programa de Acondicionamiento Fisico

METODOLOGIA DEL ENTRENAMIENTO

- Introducción al Acondicionamiento Físico
- Sistema de Entrenamiento y Fases
- Sistemas de entrenamiento en la Hipertrofia Muscular
- Sistemas de Entrenamiento en la Resistencia & Aeróbico

PERIODIZACION DEL ENTRENAMIENTO

- Introducción, Historia y Conceptos
- Clasificación de los Diferentes Tipos de Mercados
- Estructura General de los Macrociclos
- Periodización para Atletas de Alto Rendimiento



HORARIO A ELEGIR:

 Presencial 9:00 a 13:00 hrs.

Lunes, sábado, o domingo.

 On-Line (Clase disponible en cualquier horario)

Clase en vivo lunes de 20:00 a 22:00 hrs.

VALOR CURRICULAR:

Certificado

Diploma

Constancia

DURACION:

32 sesiones (8 meses aproximadamente)

UBICACION:

México CDMX Gustavo. A Madero Col.
Nueva Tenochtitlan Calle Norte 78-A
#4549 con esq. Oriente 91 (a dos calles del
Metrobús Rio Santa Coleta Línea 5 o a 15
calles del metro Eduardo Molina Línea
amarilla)

DOCUMENTOS INICIALES:

2 fotos tamaño infantil (sin brillo)

1 copia de comprobante de domicilio

1 copia de identificación oficial

1 certificado médico



VALIDEZ ACADEMICA:

- ☒ (ITENACIDET) Instituto Tecnológico Nacional de Ciencias Deportivas & Terapéuticas.
- ☒ (RENADEP) Registro Nacional de Entrenadores Deportivos.
- ☒ (SEP) Secretaría de Educación Pública.
- ☒ (CONOCER) Consejo Nacional de Normalización y Certificación.
- ☒ FUNDACIÓN EDUCA DEPORTE.
- ☒ (ANECFIT) Asociación Nacional de Cultura Física y Deporte.
- ☒ (ITPF) Instituto Técnico de preparación Física.
- ☒ Universidad Tecnológica Fidel Velázquez
- ☒ CERTIFICA Instituto de Capacitación & Profesionalización S.A. de C.V.

📅 PAGO EN MENSUALIDADES 💰

MENSUALIDAD PRESENCIAL:

INSCRIPCION:

\$1,199.00

MENSUALIDAD:

\$1,199.00

📅 En el pago puntual de la mensualidad, se realiza un descuento de \$200.00 🎯

✅ Quedando la mensualidad en un monto de \$999.00 💰

MENSUALIDAD ON-LINE:

INSCRIPCION:

\$1,199.00

MENSUALIDAD:

\$1,199.00

📅 En el pago puntual de la mensualidad, se realiza un descuento de \$600.00 🎯

✅ Quedando la mensualidad en un monto de \$599.00 💰

💳 ¡PUEDES REALIZAR TU PAGO DE CONTADO HASTA 3 MESES SIN INTERESES CON CUALQUIER TARJETA DE CREDITO! 📅 🔥

MONTO ORDINARIO DE LA CERTIFICACION

\$10,767.00

💳 Monto total realizando pagos en cómodas mensualidades 📅 🎯

MONTO POR CUBRIR CON EL PAGO DE CONTADO:

\$6,460.00

📅 Monto con 40% de descuento sobre el monto ordinario de la Certificación 🎯 🔥

AHORRO DE:

\$4,306.00

💰 ¡Te estarás ahorrando el 40% de descuento realizando tu pago de contado! 🎯 🔥

🤔 ¿POR QUÉ ITENACIDET?

📄 Obtendrás la documentación que respaldará tu labor y fortalecerá tu CV 📁

🧠 Adquirirás el conocimiento necesario para desempeñar tu trabajo correctamente ✅ 🔥

💰 Incrementarás tus oportunidades laborales, así como tu desarrollo personal y profesional 🚀

🏠 Conocerás el medio profesional para emprender tu propio centro deportivo o consultorio 🏠 🎯

👥 Crearás relaciones de alto valor que podrán convertirse en oportunidades laborales, sociedades y recomendaciones 📁

✅ Podrás autoemplearte aplicando lo aprendido en ti mismo y optimizando tu evolución personal 🚀

🇲🇽 Contribuyes al crecimiento de tu país y al bienestar de más personas 🌍



REDES SOCIALES:



56-21-75-41-37



ITENACIDET



WWW.ITENACIDET.COM