

Curso de Matrícula (Bonificable)

Precio: 130€

Los participantes que se hayan preinscrito con 7 días de antelación al comienzo del curso recibirán una rebaja del 15% en el precio.

CURSO	EVALUACIÓN Y METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO FUNCIONAL Este curso forma parte de la titulación "Técnico especialista en entrenamiento funcional".		
DESCRIPCIÓN	Saber evaluar y planificar el entrenamiento funcional		
CONTENIDO	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluación Anatómica Funcional de las principales estructuras - Detección de errores y Trabajo correctivo - Fundamentos del Entrenamiento Funcional - Patrones de Movimiento - Vectores de Fuerza - Concepto Movilidad - Estabilidad Articular - Metodología y sistemas de trabajo - Calentamientos Dinámicos - Organización de la Sesión 		
OBJETIVO PRINCIPAL	<p>Evaluar, detectar y corregir los principales desequilibrios musculares para una mejor intervención en la práctica del entrenamiento.</p> <p>Analizar y conocer los fundamentos del entrenamiento funcional para una correcta selección de los ejercicios utilizados</p> <p>Planificar y programar las sesiones de entrenamiento funcional con el fin de optimizar las mismas, aportando mayor grado de calidad al servicio.</p>		
SECTOR DE POBLACIÓN	Todo preparador físico que quiera implantar esta técnica	ESPACIOS DOCENTES	Essential Training (Getxo)
PERIODO DE PROGRAMACION	2 de Marzo de 2019	DIAS LECTIVOS	Sábado
Nº SESIONES	1 (8h)	HORARIO	S: 9 a 14h y 15 a 18h