Decanato de Asuntos Académicos

CERTIFICADO EN ENTRENADOR PERSONAL

El Programa de Entrenador Personal prepara a los estudiantes para proveer entrenamiento personal dirigido a lograr la eficiencia física de sus clientes. El currículo se fundamenta en las guías establecidas por el *American College of Sports Medicine (ACSM)* y por la *National Strength and Conditioning Association (NSCA).* Los cursos ofrecen conceptos teóricos y de aplicación. Los estudiantes aprenden sobre anatomía y fisiología humana, además de nutrición y cómo éstos se integran en la preparación de un programa de entrenamiento físico personal. El programa de estudio incluye los aspectos gerenciales relacionados con la profesión. Este incluye un periodo de práctica en un ambiente de gimnasio durante el cual los estudiantes aplicarán los conocimientos adquiridos bajo la supervisión de un entrenador personal.

SECUENCIA CURRICULAR

PRIMER SEMESTRE

CÓDIGO	TÍTULO	CRÉDITOS
ENFI 3201	Anatomía y Kinesiología Aplicada	3
ENFI 3202	Principios de la Fisiología del Ejercicio	3
ENFI 3204	Riesgos de Salud y Evaluación de Condición Física	2
ENFI 3205	Técnicas de Levantamiento de Pesas	2
ENFI 3206	Entrenamiento en Flexibilidad	2
ENFI 3211	Entrenamiento de Poblaciones Especiales I	2
ENFI 3212	Prevención e Identificación de Lesiones	1
ENFI 3208	Diseño de Programas para Entrenamiento de Fuerza	3
ENFI 3209	Nutrición para Entrenadores Personales	3
	Total	**21**

SEGUNDO SEMESTRE

CÓDIGO	TÍTULO	CRÉDITOS
ENFI 3203	Primeros Auxilios y CPR	1
ENFI 3207	Conceptos de Entrenamiento Cardiovascular y Diseño de Programas	2
ENFI 3213	Entrenamiento para Cambio en Estilo de Vida y Bienestar	3
ENFI 3215	Administración para el Entrenador Personal	3
ENFI 3210	Programa de Ejercicios Alternos para el Entrenamiento Personal	2
ENFI 3214	Entrenamiento de Poblaciones Especiales II	3
ENFI 3216	Practicum	2
ENFI 3217	Seminario para Entrenadores Personales	1
	Total	**17**

Total de Créditos: 38, Duración: 8 meses Total de Horas: 720

Todos los cursos tienen que ser aprobados con una calificación mínima de C (70%).

Revisado: abril 2014
Revisado: septiembre 2020 CV (09/2011PAC)