

Diplomado

En entrenamiento Funcional y Fitness

PRESENTACIÓN

La dinámica y evolución del entrenamiento funcional y fitness son cada vez más exigentes, esto genera que los entrenadores día a día adquieran herramientas a través de la formación académica de las ciencias que integran el proceso de entrenamiento deportivo, por tal motivo, La IU Escuela Nacional del Deporte, institución que ha formado entrenadores en Colombia por más de 37 años y conocedora de las necesidades y exigencias del deporte a nivel competitivo, desarrolla el Diplomado en diplomado en entrenamiento funcional y fitness, en el cual los entrenadores interpretaran los conceptos y podrán confrontarlos a través de componentes teórico- prácticos durante el desarrollo del Diplomado.

OBJETIVO GENERAL

Actualizar conocimiento en las nuevas tendencias del entrenamiento funcional y fitness.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar las diferencias en cada uno de los métodos del entrenamiento funcional y fitness.
- Desarrollar las capacidades y habilidades necesarias para planificar y realizar un entrenamiento en condiciones óptimas.
- Conocer las nuevas metodología del entrenamiento funcional y fitness.

COMPETENCIAS ADESARROLLAR

Fortalecer las bases Metodológicas del entrenamiento funcional y fitness

Identificar el entrenamiento funcional con relación a las características de la población.

Explorar conceptos y procedimientos válidos para el entrenamiento deportivo desde la perspectiva de lo funcional y fitness.

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA



Dirección Técnica de Proyección Social

Perfiles de los docentes del diplomado



Diego Camilo García Chávez

Perfil: Profesional en Deporte de la Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Especialista en Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo Maestría en Deporte y Actividad Física.

Luis Fernando González

Profesional en Deporte y docente de la I.U. Escuela Nacional del Deporte - Mg. en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte Universidad Autónoma de Manizales - Integrante del Grupo de Investigación en Deporte y Rendimiento Humano Director del Semillero de Investigación Fortius.



Cristian Suárez

Profesional en Deporte y Actividad Física. Mg Internacional en Nutrición y Dietética con énfasis en el Deporte.

Marcela Peña Salas

Fisioterapeuta, Esp. en Actividad Física Terapéutica.



Oscar Hernán Jiménez

Perfil: Profesional en Deporte y Actividad Física, Especialista en Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, Magíster en Ciencias Biomédica con énfasis en fisiología del Ejercicio

José Mauricio Valencia

Profesional en Deporte y Actividad Física.



INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA



Dirección Técnica de Proyección Social

ÁREAS DE FORMACION

- Fisiología del ejercicio en el entrenamiento funcional y fitness
- Nutrición en el entrenamiento deportivo.
- Planificación en el entrenamiento deportivo.
- Entrenamiento en Maquinas para la fuerza localizada.
 - Entrenamiento en Circuitos.
- Entrenamiento Funcional orientado al deporte.
 - Nuevas Tendencias Deportivas.
- Entrenamiento con Bandas elásticas

DOCENTES

Fisiología, Nutrición,
Entrenamiento Deportivo y
Entrenamiento Funcional y
Fitness.

DIRIGIDO A

Entrenadores Deportivos.
Profesionales en Deporte,
Licenciados en Educación Física,
Estudiantes de carreras afines y
Profesionales del área de la
salud.

INVERSIÓN: \$3.385.025

DURACIÓN: 160 horas cátedra

METODOLOGÍA: presencial - clases
teórico – prácticas

DÍAS DE CLASE: Miércoles, jueves y
viernes

LUGAR: I.U. Escuela Nacional del
Deporte

INICIO

6 de marzo de 2024

HORARIOS

6:30 p. m.
a 9:30 p. m.



INSCRIPCIONES

Mayores informes:

Escuela Nacional del Deporte
DIRECCIÓN TÉCNICA DE PROYECCIÓN SOCIAL
Calle 9ª, No. 34-01. TEL. (602) 554-04-04. Ext. 122 - 106
Santiago de Cali, Valle del Cauca, Colombia
proyeccionend@endeporte.edu.co.
www.endeporte.edu.co