

INN FORMACIÓN

EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO DE

“PERSONAL TRAINER”

A FAVOR DE: **IÑAKI REVUELTA AYLLON** DNI: **05328414-G**

*Considerando, que ha realizado con aprovechamiento la Acción formativa en modalidad E-Learning.
Con una duración de **350 horas**, el alumno ha adquirido los conocimientos necesarios superando todas las
pruebas de Evaluación correspondientes.*

FORMACIÓN VALIDADA MEDIANTE
CÓDIGO DE SEGURIDAD: 33948

FECHA DE EXPEDICION
4 de Octubre de 2018



El interesado,

La Dirección del Centro,

CONTENIDOS

TEMA 1: INTRODUCCIÓN

TEMA 2: ¿Qué es un Entrenador Personal?

TEMA 3: Sistema Óseo

TEMA 4: Sistema Muscular

TEMA 5: El Metabolismo y el Ejercicio

TEMA 6: El Entrenamiento: Diferentes Tipos de Entrenamientos

TEMA 7: Lesiones deportivas.

TEMA 8: Asistencia a usuarios y control de accesos en instalaciones deportivas

TEMA 9: Asistencia a técnicos deportivos en la organización de espacios, actividades y material en instalaciones deportivas

TEMA 10: Operaciones preventivas de seguridad en instalaciones deportivas y asistencia en caso de emergencia. Primeros Auxilios

