

Radicado: K 201900023**Fecha: 17/07/2019**Tipo: COMUNICACION OFICIAL :
CIRCULARES

Destino: MUNICIPIOS DE

**CONVOCATORIA AL DIPLOMADO EN PERSONAL TRAINER NIVEL COACH*****“LA INDIVIDUALIZACIÓN COMO ASPECTO FUNDAMENTAL PARA LA SALUD”.***

Código: 800000

Medellín, 11 de julio de 2019

PARA: Coordinadores y personal de actividad física de los municipios de Antioquia.**ASUNTO:** CONVOCATORIA AL DIPLOMADO EN PERSONAL TRAINER NIVEL COACH: LA INDIVIDUALIZACIÓN COMO ASPECTO FUNDAMENTAL PARA LA SALUD.

Cordial saludo,

La Gobernación de Antioquia “Piensa en grande” e Indeportes Antioquia a través de la Subgerencia de Fomento y Desarrollo Deportivo y su programa “Por su salud, muévase pues” y en convenio con el Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid, han establecido el ciclo académico para el **Diplomado en Personal Training nivel COACH**, cuyo objeto es brindar lineamientos desde lo teórico-práctico, con perspectivas científicas y académicas de los componentes del Entrenamiento Personal como tendencia del *Fitness* y otros aspectos que se constituyen como fundamentos en el rol del entrenador.

Les queremos hacer extensiva la invitación a las personas que deseen obtener este diplomado a desarrollarse en el segundo semestre del 2019, cumpliendo con los siguientes requisitos de perfil:

1. Ser Profesional o Tecnólogo, o Técnico con experiencia certificada superior a 1 año en el área de la Educación Física o afines, o poseer experiencia certificada de al menos 2 años en el área de la actividad física dirigida en grupos
2. No haber cursado el anterior diplomado (2017) ni haber desistido de éste en el trayecto.
3. Desarrollar actividades en su municipio enmarcadas en el programa “Por su salud, muévase pues” que impacten directamente a la comunidad por medio de clases grupales, actividades del centro de promoción, grupos de adulto mayor, entre otros.
4. Comprometerse por escrito a viajar 11 veces al municipio de Medellín cada 2 semanas y asistir a la totalidad de los módulos teóricos y prácticos (tener en cuenta que cada alumno cuenta con 1 inasistencia como máximo posible de faltas, a la segunda, quedará automáticamente suspendido del mismo) a desarrollarse en instalaciones del politécnico e Indeportes Antioquia, distribuidos en 11 fines de semana con jornada completa el sábado y media jornada el domingo.
5. Aval por parte de la administración municipal para asistir en las fechas pactadas (permiso firmado por el alcalde o director de deportes donde se comprometa a que sus actividades asignadas no van a interferir con el diplomado).



6. Hoja de vida y el formato de compromiso (Formatos adjuntos)

MÓDULOS

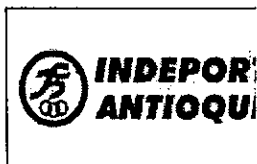
MÓDULO	EJES TEMÁTICOS PRINCIPALES	DOCENTES
Construyendo tu Marca Personal	Marketing para entrenadores De la visión a la acción Neuroliderazgo aplicado a las ventas	Luis Edo. Ramírez
ÁREA BIOMÉDICA	Generalidades de Anatomía Generalidades de Fisiología Metabolismo Energético Generalidades de Nutrición Deportiva Suplementación para la hipertrofia y definición Muscular Hormonas y Ejercicio Principios de Biomecánica aplicados al ejercicio Principios fisiológicos del entrenamiento de la fuerza Electrolitos y sudoración Evaluación funcional.	Esp. Luis Edo. Ramírez Mg. Maximiliano Kammerer – ND Yezid Carvajal Mg. Luis Palma Dr. Wilson Martínez Médico Especialista Dr. Juan Cancio Arcila Medico PhD Esp. Luis Edo. Ramírez ND. Carolina Peña Fisiot. Juliana Monsalve
PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO	Componentes de la Carga de Entrenamiento Aspectos Fisiológicos del Entrenamiento de la fuerza y la Resistencia Periodización del Entrenamiento Modelo de la Planificación en el Deporte vs Fitness Modelo de Periodización del Entrenamiento en Fitness Entrenamiento de la Fuerza Entrenamiento de la Resistencia	Prof. Luis Edo. Ramírez Mg. Ángel Martínez



MÓDULO	EJES TEMÁTICOS PRINCIPALES	DOCENTES
PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO EN POBLACIONES ESPECIALES	Intensidad, duración, tipo de ejercicio, indicaciones y contraindicaciones en Gestantes, Hipertensos, Diabéticos y obesos.	Phd. Gildardo Díaz
ALTERACIONES DE PATRONES DE MOVIMIENTOS EN EJERCICIOS DE FUERZA, APLICADOS AL FITNESS	Lineamientos para la correcta ejecución de los ejercicios Evaluación Postural Dinámica Fábrica de glúteos Ejercicios Accesorios	Alejandro Cadet (Venezuela)
ACELERACIÓN METABOLICA	Diseño de circuitos de máximo gasto calórico y aceleración metabólica Circuitos encadenados para optimizar el tiempo total de entrenamiento Causas que producen bajos resultados con los programas actuales de Entrenamiento	Esp. Luis Edo. Ramírez

NUEVAS TENDENCIAS

MODULO	EJES TEMÁTICOS PRINCIPALES	DOCENTES
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL NIVEL COACH	Fisiología Neuro Funcional Propioceptiva Biomecánica funcional integrada Entrenamiento de la Estabilidad Patrones Motores FTHP	Richard Crosa (Argentina)
HIIT	Determinación de la zona de Entrenamiento/persona variables del HIIT Formatos workout	Mg. Ángel Martínez (España)
CROSSTRaining	Principios de Entrenamiento Metodologías de Entrenamiento Planificación del Entrenamiento La Sesión de Entrenamiento	Esp. Juan Esteban Badillo (Colombia)



Radicado: K 2019000023

Fecha: 17/07/2019

Tipo: COMUNICACION OFICIAL :

CIRCULARES

Destino: MUNICIPIOS DE



3D-23

Versión:01

Se disponen de 50 cupos los cuales estarán asignados así:

- Norte: 7 cupos
- Magdalena Medio: 4 cupos
- Bajo Cauca: 4 cupos
- Valle de Aburrá: 8 cupos
- Urabá: 3
- Oriente: 8 cupos
- Occidente: 4 cupos
- Nordeste: 4 cupos
- Suroeste: 8 cupos

METODOLOGÍA

- Presencial.
- Encuentros los sábados (9:00 am a 5:00 pm) y Domingos 8:00 am a 12:00 m; cada 15 días (Es decir se estudia un fin de semana y el otro no).
- Se tendrán sesiones teóricas y prácticas
- LUGAR: Politécnico JIC – Gimnasio
- Entrega de memorias y material bibliográfico.

EL DIPLOMADO INCLUYE

- 120 horas de capacitación teórico prácticas
- Certificado Avalado por el Politécnico JIC.
- Amplias Memorias.
- Práctica en preparados Facultad de Medicina

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Les solicitamos por favor acatar las siguientes recomendaciones para el correcto envío de la información y así evitar reprocesos:

- Enviar todos los archivos en un solo correo.
- Enviar los archivos en formato de Word o PDF, no se recibirán fotos sueltas ni escaneadas, de poseer los certificados adjuntarlos en el formato de hoja de vida.
- La fecha límite del envío de la documentación será hasta el 19 de Julio a las 12 m.



Radicado: K 201900023

Fecha: 17/07/2019

Tipo: COMUNICACION OFICIAL :
CIRCULARES
Destino: MUNICIPIOS DE



ID-23

Versión:01

Correo: porsusalud@indeportesantioquia.gov.co

FECHA DE INICIO

Sábado 03 de agosto – Auditorio Antonio Roldán Betancur de Indeportes Antioquia 09:00 a.m.
Calle 48 N° 70-180

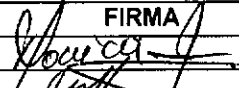
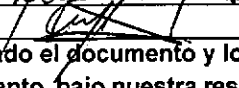
Anexos: *Formato Hoja de Vida y Formato de Compromiso.*

Cualquier duda al respecto, se pueden comunicar al celular 3007941699 o al teléfono 5200890 extensión 1140.

Atentamente,


LISANA SOFÍA SÁNCHEZ LEDESMA
Gerente (E)


WILLIAM MONCADA OSPINA
Subgerente de Fomento y Desarrollo Deportivo

	NOMBRE	FIRMA	FECHA
Proyectó	Monica María Arenas Sosa		11/07/19
Revisó	William Moncada Ospina		15/07/19

Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el documento y lo encontramos ajustado a las normas y disposiciones legales vigentes y, por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad lo presentamos para firma.