



EUROINNOVA FORMACION
INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos **ECTS** Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Cré

Titulación certificada por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Duración: 310 horas

Precio: 199 € *

Modalidad: Online

* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Descripción

Si le interesa la actividad física y el estar en forma y quiere conocer los aspectos esenciales del pilates en suelo para ser un monitor de este es su momento, con el Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS) podrá adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar esta labor de la mejor manera posible. En el ámbito del deporte, es necesario tener unos conocimientos básicos sobre los beneficios y sobre los cuidados que debemos tener a la hora de realizar prácticas deportivas, ya sea competición o simplemente recreativas. Es por ello que, el presente curso establece un acercamiento a los contenidos indispensables de la salud deportiva. Gracias a la realización de este Curso podrá realizar programas de ejercicios de pilates en suelo con implementos como fitball, flexiband, aro, miniball etc.

Euroinnova Business School

Euroinnova Business School, es una escuela de negocios avalada por 5 universidades y múltiples instituciones a nivel internacional. En el siguiente enlace puede ver los

cursos Homologados

Además Euroinnova cuenta con más de 10.000

cursos online

Puede matricularse hoy con un 10% de descuento, si se matricula online en el siguiente enlace:



Al formar parte de Euroinnova podrás disponer de los siguientes servicios totalmente gratis, además de pasar a formar parte de una escuela de negocios con un porcentaje de satisfacción de más del 95%, auditada por agencias externas, además de contar con el apoyo de las principales entidades formativas a nivel internacional.



Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

A quién va dirigido

El Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva está dirigido a todos aquellos profesionales del entorno de los deportes o rehabilitación que deseen seguir formándose en la materia gracias a la adquisición de conocimientos sobre pilates en suelo con implementos y todo lo referente sobre salud deportiva.

Objetivos

- Establecer un acercamiento a los contenidos mínimos sobre salud deportiva.
- Conocer y reconocer la importancia que posee el masaje en la salud deportiva.
- Verificar y clasificar los distintos tipos de vendaje en función de sus características.
- Reconocer la importancia de una buena alimentación en la práctica deportiva.
- Conocer las lesiones más frecuentes y los tratamientos de los mismos.
- Conocer las bases y fundamentos sobre el trabajo con implementos en pilates.
- Utilizar estratégicamente los implementos en pilates para su correcto uso.
- Realizar ejercicios de todo tipo con los diferentes implementos.
- Impartir sesiones de pilates en suelo con implementos.

Para que te prepara

El presente Curso de Monitor de Pilates en Suelo + Salud Deportiva le prepara para adquirir los conocimientos necesarios sobre la salud deportiva haciendo especial hincapié en las actuaciones que se llevan a cabo conociendo las lesiones producidas por las prácticas deportivas. Además el curso le prepara para conocer a fondo el entorno del ejercicio físico en relación con la realización de pilates en suelo con implementos, adquiriendo los diferentes métodos de ejecución para poder desempeñar la función de monitor de pilates de la mejor forma posible.

Salidas laborales

Salud Deportiva / Rehabilitación / Tratamiento de lesiones / Actividad física / Deportes / Monitor / Experto en pilates en suelo con implementos.

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Pilates en Suelo con Implementos expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales - Titulación Universitaria en Salud Deportiva por la UNIVERSIDAD ANTONIO DE NEBRIJA con 4 Créditos Universitarios ECTS. Curso puntuable como méritos para oposiciones de acceso a la función pública docente en todas las CC. AA., según R.D. 276/2007 de 23 de febrero (BOE 2/3/2007). Éste se lleva a cabo dentro del plan de formación permanente del profesorado de la Universidad Antonio de Nebrija



EUROINNOVA
BUSINESS
SCHOOL

TITULACIÓN EXPEDIDA POR
EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL
CENTRO DE ESTUDIOS DE POSTGRADO

CUALIFICA2



Titulación Avalada Para El
Desarrollo De Las Competencias
Profesionales R.D. 1224/2009

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Euroinnova Formación vía correo postal, la titulación que acredita el haber con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/master, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la institución que avalan la formación recibida (Euroinnova Formación, Instituto Europeo de Estudios Empresariales y Comisión Internacional para la Formación a Distancia de la UNESCO).

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



EUROINNOVA FORMACION

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA en la convocatoria de 2014
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a 23 de Abril de 2014

La dirección General

Ei/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION
Con Estatuto Consultivo Consejo Superior de Ciencias Económicas y Sociales de la UNESCO (plum. Resolución 60/8)

Forma de financiación

- Contrarrembolso.
- Transferencia.
- Tarjeta de crédito.
- PayPal

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Llama gratis al 900831200 e infórmate de los pagos a plazos sin intereses que hay disponibles

Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Materiales didácticos



- Maletín porta documentos
-
- Subcarpeta portafolios
- Dossier completo Oferta Formativa
- Carta de presentación
- Guía del alumno
- Bolígrafo

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Profesorado y servicio de tutorías

Nuestro centro tiene su sede en el "Centro de Empresas Granada", un moderno complejo empresarial situado en uno de los centros de negocios con mayor proyección de Andalucía Oriental. Contamos con una extensa plan profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional.

Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- Por e-mail: El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- Por teléfono: Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.



Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

Plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de 6 meses para la finalización del curso, a contar desde la fecha de recepción de las mate del mismo.

Si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses.

Bolsa de empleo

El alumno tendrá la posibilidad de incluir su currículum en nuestra bolsa de empleo y prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por más de 2000 empresas y organismos públicos colaboradores, en todo el territorio nacional.

Agencia de colocación autorizada N° 9900000169

Club de alumnos

Servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

Revista digital

El alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

Programa formativo

MÓDULO 1. PILATES EN SUELO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES DE TRABAJO CON IMPLEMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FUNDAMENTOS DEL TRABAJO CON IMPLEMENTOS EN PILATES

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA UTILIZACIÓN ESTRATÉGICA DE LOS IMPLEMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EJERCICIOS

1. Respiración

- 1.- Respiración con banda elástica en decúbito supino
- 2.- Respiración con banda elástica sentado
- 3.- Respiración con balón

2. Basculación pélvica

- 1.- Basculación pélvica sentado en un balón
- 2.- Basculación pélvica en supino con los pies sobre un balón
- 3.- Basculación pélvica tumbado en un balón
- 4.- Basculación pélvica tumbado sobre un rulo

3. Elevación de pelvis con basculación

- 1.- Elevación pélvica con basculación y pies sobre un balón
- 2.- Elevación pélvica con basculación y pies sobre un rulo
- 3.- Elevación pélvica con basculación y pelota entre las rodillas

4. El gato

- 1.- El gato con banda elástica
- 2.- El gato de pie con balón

5. Flexión de columna hacia delante sentado

- 1.- Flexión de columna hacia delante sentado con banda elástica
- 2.- Flexión de columna hacia delante sentado en un balón
- 3.- Flexión de columna hacia delante sentado rodando balón, pelota o rulo
- 4.- Flexión de columna hacia delante sentado empujando aro o pelota

6. Rodar abajo

- 1.- Rodar abajo con balón tras la espalda apoyado en la pared

7. Liberar la cadera

- 1.- Liberar la cadera con los pies sobre un rulo o balón
- 2.- Liberar la cadera tumbado sobre un rulo elevando las rodillas

8. Círculos con una pierna

- 1.- Círculos con una pierna con banda elástica

- 2.- Círculos con una pierna tumbado sobre un rulo
- 3.- Círculos con una pierna con pelota, aro o pica en las manos
9. Extensión de piernas 90º en decúbito supino
 - 1.- Extensión de piernas 90º en decúbito supino con banda elástica
 - 2.- Extensión de piernas 90º en decúbito supino con pelota, balón o aro entre los tobillos
10. Separar y retraer las escápulas
 - 1.- Separar y retraer las escápulas con banda elástica
 - 2.- Separar y retraer las escápulas sentado sobre un balón
 - 3.- Separar y retraer las escápulas tumbado sobre un balón
 - 4.- Separar y retraer las escápulas tumbado sobre un rulo
 - 5.- Separar y retraer las escápulas tendido lateral con rulo, balón o pelota
 - 6.- Separar y retraer las escápulas sujetando un aro, pelota o balón
 - 7.- Separar y retraer las escápulas con pelotas de peso o mancuernas en las manos
11. Elevar y descender las escápulas
 - 1.- Elevar y descender las escápulas sentado sobre un balón
 - 2.- Elevar y descender las escápulas tumbado sobre un balón
 - 3.- Elevar y descender las escápulas tumbado sobre un rulo
 - 4.- Elevar y descender las escápulas tendido prono con rulo
 - 5.- Elevar y descender las escápulas de pie frente a una pared con rulo o balón
 - 6.- Elevar y descender las escápulas sujetando un aro, balón o pelota con brazos arriba Elevar y descender las escápulas con pelotas de peso o mancuernas en las manos
12. Círculos de brazos
 - 1.- Círculos de brazos con banda elástica
 - 2.- Círculos de brazos sentado sobre un balón
 - 3.- Círculos de brazos tumbado sobre un balón
 - 4.- Círculos de brazos tumbado sobre un rulo
 - 5.- Círculos de brazos con pelotas de peso o mancuernas en las manos
13. Rotación de columna tendido lateral
 - 1.- Rotación de columna tendido lateral con pelota
14. Rotación de columna en decúbito supino
 - 1.- Rotación de columna en decúbito supino con los pies en un balón
 - 2.- Rotación de columna en decúbito supino con balón, pelota o aro entre las piernas
 - 3.- Rotación de columna en decúbito supino con pica, aro o pelota en las manos
15. La sierra
 - 1.- La sierra con banda elástica
 - 2.- La sierra sentado en un balón
 - 3.- La sierra con aro
 - 4.- La sierra con pica
16. La sirena
 - 1.- La sirena con banda elástica
 - 2.- La sirena sentado en un balón

- 3.- La sirena deslizando un balón, rulo o pelota
- 17.Preparación a la flexión lateral sentado
 - 1.- Preparación a la flexión lateral sentado con banda elástica
- 18.Aislamientos sentado
 - 1.- Aislamientos sentado sobre un balón
- 19.Preparación abdominal
 - 1.- Preparación abdominal con banda elástica
 - 2.- Preparación abdominal con los pies en un balón
 - 3.- Preparación abdominal tumbado en un balón
 - 4.- Preparación abdominal tumbado en un rulo
 - 5.- Preparación abdominal con aro o pelota en las manos
 - 6.- Preparación abdominal con aro o pelota entre las rodillas
 - 7.- Preparación abdominal con pelotas de peso o mancuernas en las manos
- 20.El cien
 - 1.- El cien con banda elástica
 - 2.- El cien con los pies en un balón
 - 3.- El cien tumbado sobre un balón
 - 4.- El cien con rulo tras la espalda
 - 5.- El cien con pelota o aro entre las piernas
 - 6.- El cien con pelota o aro en las manos
- 21.Media flexión atrás sentado
 - 1.- Media flexión atrás sentado con banda elástica
 - 2.- Media flexión atrás sentado en un balón
 - 3.- Media flexión atrás sentado con los pies en un rulo o una pelota
 - 4.- Media flexión atrás sentado con pelota o aro entre las rodillas
- 22.Rodar como una pelota
 - 1.- Rodar como una pelota con banda elástica tras la espalda
 - 2.- Rodar como una pelota con banda elástica en los pies
- 23.Rodar como una pelota con pelota entre las rodillas
 - 1.- Rodar como una pelota con aro o pelota en las manos
 - 2.- Rodar como una pelota con una pica en los pies
- 24.Rodar hacia arriba
 - 1.- Rodar hacia arriba con banda elástica
 - 2.- Rodar hacia arriba con balón
 - 3.- Rodar hacia arriba tumbado sobre un balón
 - 4.- Rodar hacia arriba con pica o aro en las manos
 - 5.- Rodar hacia arriba con pelota o aro entre las rodillas
- 25.Estiramiento de una pierna en decúbito supino
 - 1.- Estiramiento de una pierna en decúbito supino con banda elástica
 - 2.- Estiramiento de una pierna en decúbito supino con una pierna en el balón
 - 3.- Estiramiento de una pierna en decúbito supino tumbado en un rulo

- 4.- Estiramiento de una pierna en decúbito supino con pelota o rulo tras la espalda
- 5.- Estiramiento de una pierna en decúbito supino con aro o pelota en las manos
26. Doble estiramiento de pierna
 - 1.- Doble estiramiento de pierna con banda elástica
 - 2.- Doble estiramiento de pierna con los pies en un balón
 - 3.- Doble estiramiento de pierna tumbado en un rulo con los pies en el suelo
 - 4.- Doble estiramiento de pierna tumbado en un rulo con las manos en el suelo
 - 5.- Doble estiramiento de pierna con aro, pelota o balón en las manos
 - 6.- Doble estiramiento de pierna con aro o pelota entre los tobillos
27. Tijeras de piernas
 - 1.- Tijeras de piernas tumbado en un rulo
 - 2.- Tijeras de piernas con pelota o rulo tras la espalda
 - 3.- Tijeras de piernas con pelota o aro en las manos
28. Flexión y extensión de piernas en decúbito supino
 - 1.- Flexión y extensión de piernas en decúbito supino con banda elástica
29. Elevar y descender las piernas en decúbito supino
 - 1.- Elevar y descender las piernas en decúbito supino con banda elástica.
 - 2.- Elevar y descender las piernas en decúbito supino con pelota, balón o aro entre los tobillos
30. Preparación a la uve
 - 1.- Preparación a la uve con banda elástica
 - 2.- Preparación a la uve con un pie en el balón
 - 3.- Preparación a la uve con pelota o aro entre las rodillas
 - 4.- Preparación a la uve con pica, aro o pelota en las manos
31. Oblicuos
 - 1.- Oblicuos con una pierna en un balón
 - 2.- Oblicuos tumbado en un balón
 - 3.- Oblicuos con aro o pelota en las manos
 - 4.- Preparación de oblicuos con pelota o aro entre las rodillas
32. Oblicuos rodando atrás
 - 1.- Oblicuos rodando atrás con banda elástica
 - 2.- Oblicuos rodando atrás sentado en un balón
 - 3.- Oblicuos rodando atrás con los pies en un rulo o una pelota
 - 4.- Oblicuos rodando atrás con pelota o aro entre las rodillas
33. Preparación para braza
 - 1.- Preparación para braza con banda elástica
 - 2.- Preparación para braza con balón
 - 3.- Preparación para braza 3 con balón
 - 4.- Preparación para braza con rulo
 - 5.- Preparación para braza con pelota bajo la frente
34. Nadar a braza
 - 1.- Nadar a braza con balón

- 2.- Nadar a braza con pelota o aro entre los tobillos
- 35.Preparación al puente de hombros
 - 1.- Preparación al puente de hombros con los pies en un balón
 - 2.- Preparación al puente de hombros con los pies en un rulo
 - 3.- Preparación al puente de hombros con pelota entre las rodillas
- 36.Apretar talones en decúbito prono
 - 1.- Apretar talones en decúbito prono con pelota o aro entre los tobillos
- 37.Preparación para patada de pierna en decúbito prono
 - 1.- Preparación para patada de pierna en decúbito prono con pelota
- 38.Extensión de cadera en decúbito prono
 - 1.- Extensión de cadera en decúbito prono con balón
 - 2.- Extensión de cadera en decúbito prono con pelota entre los tobillos
- 39.La silla (sentadillas)
 - 1.- La silla con balón tras la espalda apoyado en la pared
- 40.Plancha de rodillas
 - 1.- Plancha de rodillas con balón
- 41.Serie de elevación de piernas tendido lateral
 - 1.- Serie de elevación de piernas tendido lateral con banda elástica
 - 2.- Serie de elevación de piernas tendido lateral con pelota o aro entre los tobillos
 - 3.- Serie de elevación de piernas tendido lateral con los tobillos dentro del aro.
 - 4.- Serie de elevación de piernas tendido lateral con un tobillo dentro del aro y el otro fuera
 - 5.- Serie de elevación de piernas tendido lateral sujetando la pica vertical
- 42.Supermán
 - 1.- Supermán con banda elástica
 - 2.- Supermán con balón
 - 3.- Supermán con rulo bajo las rodillas
 - 4.- Supermán con rulo bajo las manos
- 43.Natación
 - 1.- Natación con balón sólo con piernas
 - 2.- Natación con balón sólo con brazos
- 44.Andar en decúbito prono sobre un balón
 - 1.- Andar en decúbito prono sobre un balón
- 45.Equilibrios sentado
 - 1.- Equilibrios sentado sobre un balón
- 46.Posición de descanso
 - 1.- Posición de descanso con un balón

UNIDAD DIDÁCTICA 5. SESIONES TIPO

MÓDULO 2. SALUD DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO

1.Anatomía

- 1.- Posición anatómica

- 2.- Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
- 3.- Tipos constitucionales del cuerpo humano
- 4.- Clasificación de la anatomía
2. Sistemas y aparatos de la anatomía humana
 - 1.- Sistema óseo y funciones
 - 2.- Aparato respiratorio
 - 3.- Sistema cardiovascular
 - 4.- Aparato digestivo
 - 5.- Aparato renal
 - 6.- Sistema endocrino
 - 7.- Sistema nervioso
 - 8.- La piel

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

1. Miología
2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
 - 1.- Movimientos musculares
3. Características del tejido muscular
 - 1.- Regeneración del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
 - 1.- Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
 - 2.- Acción muscular sobre el esqueleto
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular
 - 1.- Tono muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

1. Fundamentación teórica
2. Gasto calórico
3. Nutrientes en el deporte
 - 1.- Hidratos de carbono
 - 2.- Grasas
 - 3.- Proteínas
 - 4.- Agua y electrolitos
 - 5.- Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1. Lesiones deportivas. Concepto
- 2.- Prevención de las lesiones deportivas
 - 1.- Tratamiento de las lesiones deportivas
3. Lesiones en extremidades inferiores
 - 1.- Lesiones en la pierna
 - 2.- Lesiones en el pie
 - 3.- Lesiones en el muslo

- 4.- Lesiones en la rodilla
- 4.Lesiones en extremidades superiores y tronco
 - 1.- Lesiones en extremidad superior
 - 2.- Lesiones en hombro
- 5.Lesiones en los niños
 - 1.- Lesiones más frecuente en los niños/as
- 6.Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
 - 1.- Tratamiento ortopédico de las lesiones
 - 2.- Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
 - 3.- Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
 - 4.- Hidrología médica y terapias naturales complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

- 1.Introducción a la historia del masaje
 - 1.- De Egipto al Islam
 - 2.- Desde la Edad Media al Siglo XX
- 2.Introducción al masaje deportivo
 - 1.- Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
- 3.Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
 - 1.- Claves para el masaje deportivo
- 4.Gimnasia para el masaje. Quiroginmasia
- 5.Efectos fisiológicos del masaje
 - 1.- Estiramientos miofasciales en el deporte
- 6.Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
 - 1.- Indicaciones del masaje
 - 2.- Contraindicaciones del masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

- 1.El masaje
 - 1.- Masaje de calentamiento
 - 2.- Masaje de intracompetición
 - 3.- Masaje de restauración o postcompetición
 - 4.- Masaje de entrenamiento o intersemana
 - 5.- Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- 2.Automasaje en el deportista
- 3.Masaje ruso
- 4.Reflexoterapia podal en el deportista
 - 1.- Beneficios de la reflexiología podal
 - 2.- Contraindicaciones de la reflexiología podal
- 5.Drenaje linfático manual
 - 1.- Técnicas básicas en el drenaje linfático
- 6.Crioterapia, criomasaje y criocinética
 - 1.- Efectos fisiológicos

- 2.- Indicaciones y contraindicaciones
- 3.- Formas de aplicación
- 7. Criomasaje y Criocinética
 - 1.- Aplicación de criomasaje
 - 2.- Indicaciones del criomasaje
 - 3.- Contraindicaciones del criomasaje
 - 4.- Criocinética
- 8. Shiatsu. Masaje japonés
 - 1.- Beneficios del tratamiento con shiatsu

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

- 1. Vendaje funcional
 - 1.- Técnicas del vendaje funcional
 - 2.- Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
 - 3.- Propiedades del vendaje funcional
- 2. Tipos de vendajes funcionales
 - 1.- Vendajes funcionales: hombro y codo
 - 2.- Vendajes funcionales: muñeca
 - 3.- Vendajes funcionales: tronco
 - 4.- Vendajes funcionales: muslo y rodilla
 - 5.- Vendajes funcionales tobillo y pie
- 3. Otros vendajes
 - 1.- Vendajes neuromuscular
 - 2.- Vendaje en el paciente con linfedema
 - 3.- Vendaje en el paciente amputado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

- 1. Anatomía y biomecánica de la rodilla
 - 1.- Exploraciones físicas en la rodilla
- 2. Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- 3. Lesiones en la rodilla
 - 1.- Reumatismos de partes blandas en la rodilla
 - 2.- Rehabilitación de lesiones de la rodilla
 - 3.- Osteopatía
- 4. Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- 5. Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

- 1. Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
 - 1.- Actividad física
 - 2.- Ejercicio físico
 - 3.- Condición física
- 2. Beneficios de la actividad física
 - 1.- Componentes de la actividad física

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)

3.Efectos de la actividad física y la alimentación

- 1.- Efectos sobre la obesidad
- 2.- Efectos sobre la diabetes
- 3.- Efectos sobre la hipertensión arterial

4.Cineantropometría

- 1.- La antropometría

5.Ayudas ergogénicas

- 1.- Características

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

1.Reanimación cardiopulmonar

2.Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)

- 1.- Congelación
- 2.- Hipotermia

3.Calambre, agotamiento y golpe de calor

- 1.- Calambres por el calor
- 2.- Agotamiento por el calor
- 3.- Golpe de calor

PROGRAMA DE BECAS PARA MASTER

Euroinnova cuenta con un programa de **becas de master** para ayudarte a decidir tu futuro, puedes entrar y solicitarla, Euroinnova cuenta con más de 2000 **master online** que puedes consultar y solicitar tu beca.

Haz clic para conocer nuestro catálogo de **cursos online**

Terminos relacionados:

Actividad, alimentacion, Auxilios, Cadera, curso, deporte, Deportiva, Ejercicios, Implementos, Lesión, masaje, materiales, monitor, músculo, Pelvis, Pilates, Rodilla, Salud, Sesiones, Suelo, Vendaje

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



EUROINNOVA
BUSINESS
SCHOOL

FICHA DE MATRICULACIÓN

Para efectuar su matrícula sólo tiene que hacernos llegar esta ficha con sus datos personales vía email a formacion@euroinnova.com.

POSTGRADO EN QUE DESEA MATRICULARSE: :

.....

Nombre:

Apellidos:.....

DNI/ID/Pasaporte:.....

Domicilio envío:

..... CP:.....

Localidad:.....

Provincia:..... País:.....

Teléfono:..... E-mail:.....

Horario de entrega (Mañana o tarde).....

Forma de pago

Observaciones:.....

Una vez recibidos los datos personales, uno de nuestros asesores pedagógicos contactará con usted para concretar la matrícula y confirmarle cuando va a recibir todos los materiales en su domicilio.



EUROINNOVA
BUSINESS
SCHOOL

DESDE ESPAÑA LLAMA GRATIS A:
900 831 200

DESDE FUERA DE ESPAÑA:
+ 34 958 05 02 00

EUROINNOVA FORMACIÓN
POLÍGONO INDUSTRIAL LA ERMITA.
EDIF. CENTRO DE EMPRESAS GRANADA. OFICINA 1º D • 18230 ATARFE - GRANADA
Teléfono: 958 050 200

Información gratis Monitor de Pilates en Suelo con Implementos + Salud Deportiva (Doble Titulación con 4 Créditos ECTS)



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200