



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Especialista en Entrenamiento para la Tonificación Muscular





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos
Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
Euroinnova

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiantess de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminentemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de
19
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



QS, sello de excelencia académica
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
**FAMILIA
NUMEROSA**

20% Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20% Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Especialista en Entrenamiento para la Tonificación Muscular



DURACIÓN
200 horas



MODALIDAD
ONLINE



ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO

Titulación

TITULACIÓN expedida por EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION, miembro de la AEEN (Asociación Española de Escuelas de Negocios) y reconocido con la excelencia académica en educación online por QS World University Rankings



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con Número de Documento XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de EUROINNOVA en la convocatoria de XXX

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX

Con un nivel de aprovechamiento ALTO

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) del (año)

La Dirección General
NOMBRE DEL DIRECTOR ACADÉMICO

Sello

Firma del Alumno/a
NOMBRE DEL ALUMNO



La presente formación es parte del Plan de Formación de la institución formadora, por lo que el alumno/a deberá cumplir con los requisitos de acceso y de inscripción de la institución formadora, así como con los requisitos de acceso y de inscripción de la institución formadora. La presente formación es parte del Plan de Formación de la institución formadora, por lo que el alumno/a deberá cumplir con los requisitos de acceso y de inscripción de la institución formadora, así como con los requisitos de acceso y de inscripción de la institución formadora. La presente formación es parte del Plan de Formación de la institución formadora, por lo que el alumno/a deberá cumplir con los requisitos de acceso y de inscripción de la institución formadora, así como con los requisitos de acceso y de inscripción de la institución formadora.

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Descripción

Este curso de Tonificación Muscular le ofrece una formación especializada en la materia. A través de las articulaciones, el cuerpo humano puede llegar a generar una gran cantidad de movimientos en diferentes planos y direcciones según sean las posibilidades que cada articulación posee. La musculatura ofrece la posibilidad mecánica del movimiento a través de complejos mecanismos fisiológicos y nerviosos. La fuerza es la capacidad del cuerpo humano que permite generar tensión intramuscular, y su entrenamiento tonifica nuestro organismo.

Objetivos

Tras realizar el Curso de Tonificación Muscular el alumno habrá alcanzado los siguientes objetivos: Conocer las bases anatómicas y fisiológicas del cuerpo humano. Aprender sobre las bases teórico prácticas del entrenamiento de la fuerza. Estudiar diferentes ejercicios prácticos para la tonificación muscular.

A quién va dirigido

Este curso de Tonificación Muscular está dirigido a todos aquellos profesionales del sector, y/o cualquier persona interesada en formarse en dicha materia.

Para qué te prepara

Este curso de Tonificación Muscular le prepara para conocer las bases anatómicas y fisiológicas del cuerpo humano; aprender sobre las bases teórico - prácticas del entrenamiento de la fuerza; y estudiar diferentes ejercicios prácticos para la tonificación muscular.

Salidas laborales

Tras realizar el Curso de Tonificación Muscular el alumno podrá desempeñar su labor profesional en áreas como: tonificación, fitness, gimnasio, deporte, actividad física y deportiva, etc.

TEMARIO

MÓDULO 1. ASPECTOS TEÓRICOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL CUERPO HUMANO

1. Terminología anatómica
2. Ejes y planos de movimiento
3. El músculo
4. Bases fisiológicas
5. Adaptaciones musculares al ejercicio

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES TEÓRICO - PRÁCTICAS DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA

1. Concepto de fuerza
2. Evolución y desarrollo de la fuerza
3. Factores que condicionan la fuerza
4. Principios del entrenamiento de la fuerza
5. Medios y métodos para el desarrollo de la fuerza
6. Ventajas y beneficios del trabajo de tonificación muscular
7. Bibliografía

MÓDULO 2. MARCO PRÁCTICO. RECOPIACIÓN DE EJERCICIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MÚSCULOS DE LA ARTICULACIÓN DEL TOBILLO

1. Tríceps sural
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas
5. Ejercicios con barra
6. Ejercicios con esteps
7. Ejercicios combinados con diferentes materiales
8. Ejercicios por parejas con diferentes materiales
9. Tibial anterior
10. Ejercicios con gomas elásticas
11. Ejercicios con bandas elásticas
12. Ejercicios con barra
13. Ejercicios con esteps
14. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 4. MÚSCULOS DE LA ARTICULACIÓN DE LA RODILLA

1. Cuadríceps
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas

5. Ejercicios con barra
6. Ejercicios con esteps
7. Ejercicios combinados con diferentes materiales
8. Ejercicios por parejas con diferentes materiales
9. Isquiotibiales e isquioperoneal
10. Ejercicios con gomas elásticas
11. Ejercicios con bandas elásticas
12. Ejercicios mancuernas
13. Ejercicios con barra
14. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MÚSCULOS DE LA ARTICULACIÓN DE LA CADERA

1. Aductores del muslo
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con barra
5. Ejercicios por parejas con diferentes materiales
6. Glúteos y abductores
7. Ejercicios con gomas elásticas
8. Ejercicios con bandas elásticas
9. Ejercicios con esteps
10. Ejercicios con barra
11. Ejercicios combinados con diferentes materiales
12. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 6. MÚSCULOS FLEXORES (INCURVADORES) DEL TRONCO

1. Abdominales
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas
5. Ejercicios con barra
6. Ejercicios con esteps
7. Ejercicios combinados con diferentes materiales
8. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 7. MÚSCULOS EXTENSORES DEL TRONCO

1. Cuadrado lumbar y paravertebrales
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas
5. Ejercicios con barra
6. Ejercicios combinados con diferentes materiales
7. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MÚSCULOS DE LA ARTICULACIÓN DEL HOMBRO

1. Deltoides
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas
5. Ejercicios con barra
6. Ejercicios combinados con diferentes materiales
7. Ejercicios por parejas con diferentes materiales
8. Dorsal ancho
9. Ejercicios con gomas elásticas
10. Ejercicios con bandas elásticas
11. Ejercicios con barra
12. Ejercicios con mancuernas
13. Ejercicios combinados con diferentes materiales
14. Pectoral
15. Ejercicios con gomas elásticas
16. Ejercicios con bandas elásticas
17. Ejercicios con barra
18. Ejercicios con mancuernas
19. Ejercicios combinados con diferentes materiales
20. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MÚSCULOS DE LA ARTICULACIÓN DEL CODO

1. Bíceps braquial
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas
5. Ejercicios con barra
6. Ejercicios combinados con diferentes materiales
7. Ejercicios por parejas con diferentes materiales
8. Tríceps braquial
9. Ejercicios con gomas elásticas
10. Ejercicios con bandas elásticas
11. Ejercicios con mancuernas
12. Ejercicios con barra
13. Ejercicios combinados con diferentes materiales
14. Ejercicios por parejas con diferentes materiales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. MÚSCULOS DE LA ARTICULACIÓN DE LA MUÑECA

1. Músculos del antebrazo
2. Ejercicios con gomas elásticas
3. Ejercicios con bandas elásticas
4. Ejercicios con mancuernas
5. Ejercicios combinados con diferentes materiales

¿Te ha parecido interesante esta información?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

¡Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 900 831 200

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.edu.es

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 By
EDUCA EDTECH
Group