



# OFERTA ACADÉMICA

**TÉCNICO**  
LABORAL POR  
**COMPETENCIAS**

**AUXILIAR EN  
ENTRENAMIENTO  
PERSONALIZADO Y  
FITNESS**

Resolución 0110002  
Resolución 12-021

**2**  
SEMESTRES

**Presencial**



\* Nuestros técnicos están divididos en **dos semestres**



# TÉCNICO LABORAL POR COMPETENCIAS AUXILIAR EN ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO Y FITNESS

## MÓDULOS

**10**  
MÓDULOS

**720**  
HORAS

**8**  
MESES

**1**

FUNDAMENTOS

**2**

EVALUACIÓN

**3**

GENERALIDADES DEL  
ENTRENAMIENTO

**4**

ENTRENAMIENTO  
FITNESS Y SALUD I

**5**

TENDENCIAS  
DEL ENTRENAMIENTO

**6**

ENTRENAMIENTO  
FITNESS Y SALUD II  
MUSCULACIÓN

**7**

ENTRENAMIENTO  
FITNESS Y SALUD III  
CONDICIONES  
PATOLOGICAS

**8**

CEREBRO Y  
HABILIDADES BLANDAS

**9**

MARKETING

**10**

PRÁCTICA

# MÓDULO 1: FUNDAMENTOS

**ANATOMÍA**

**18**

HORAS

**FISIOLOGÍA**

**18**

HORAS

**BIOMECÁNICA**

**18**

HORAS

## MÓDULO 2: EVALUACIÓN

**ANAMNESIS**

**9**

HORAS

**COMPOSICIÓN  
CORPORAL**

**9**

HORAS

**EVALUACIÓN  
POSTURAL**

**9**

HORAS

**TEST  
FÍSICOS**

**9**

HORAS

## MÓDULO 3: GENERALIDADES DEL ENTRENAMIENTO

**PRINCIPIOS DEL  
ENTRENAMIENTO**

**6**

HORAS

**PLANIFICACIÓN**

**6**

HORAS

# MÓDULO 4: ENTRENAMIENTO FITNESS Y SALUD I

**MUSCULACIÓN**

**6**

HORAS

**OXIDACIÓN**

**6**

HORAS

**ENTRENAMIENTO  
EN CONDICIONES  
ESPECIALES**

**6**

HORAS

# MÓDULO 5: TENDENCIAS

**MORE FUNCTIONAL  
PROGRAM**

**9**  
HORAS

**WORKOUT SUSPENSION  
PROGRAM**

**9**  
HORAS

**GRUPAL TRAINING  
PROGRAM**

**9**  
HORAS

**BALANCE PROGRAM**

**9**  
HORAS

**BODY MARTIAL  
PROGRAM**

**9**  
HORAS

**REAL HIIT PROGRAM**

**9**  
HORAS

**MILITARY FITNESS  
PROGRAM**

**9**  
HORAS

# MÓDULO 6: ENTRENAMIENTO FITNESS Y SALUD II (MUSCULACIÓN)

**9**

HORAS

**FISIOLOGÍA DE LA HIPERTROFÍA**

**9**

HORAS

**MÉTODOS BÁSICOS Y AVANZADO**

**9**

HORAS

**NUTRICIÓN Y MUSCULACIÓN**

**6**

HORAS

**SUPLEMENTACIÓN**

**3**

HORAS

**SUSTANCIAS ILEGALES**

# MÓDULO 7: ENTRENAMIENTO FITNESS Y SALUD III

FISIOPATOLOGÍA ECNT

9 HORAS

HTA

2 HORAS

DIABETES

2 HORAS

OBESIDAD Y SOBREPESO

3 HORAS

GESTACIÓN

2 HORAS

## MÓDULO 8:

CEREBRO Y HABILIDADES BLANDAS

9 HORAS

## MÓDULO 9:

MARKETING

9 HORAS

## MÓDULO 10:

PRÁCTICA

130 HORAS