



## Instituto Técnico de Preparación Física

ESCUELA DE ENTRENADORES FISICOS PARA LA SALUD EN LA CDMX  
DE LA FUNDACIÓN EDUCA DEPORTE A.C.  
"Incorporado al Sistema del Deporte del Distrito Federal"

### CURSOS TÉCNICO-DEPORTIVOS

www.educadeporte.com



Cta. No. 65-50572143-1  
Clabe interbancaria: 014180655057214317  
"FUNDACIÓN EDUCA DEPORTE A.C."



mayores informes:  
01 (55) 53 86 6334  
01 (55) 70 37 9752  
01 (55) 70 28 6408  
01 (55) 53 86 0361



## INSTITUTO TÉCNICO DE PREPARACIÓN FÍSICA

ESCUELA DE ENTRENADORES FISICOS PARA LA SALUD  
DE LA FUNDACIÓN EDUCA DEPORTE A.C.

# TEMARIO

## PLAN DE ESTUDIOS

### Natación

"ASOCIACION NACIONAL DE CULTURA FISICA Y DEPORTE"  
ESCUELA DE ENTRENADORES FISICOS PARA LA SALUD EN LA CDMX DE LA FUNDACION EDUCA DEPORTE A.C.  
"Incorporado al sistema del Deporte del Distrito Federal"



STPS  
SECRETARÍA DEL TRABAJO  
Y PREVISIÓN SOCIAL



FUNDACION EDUCA DEPORTE A.C.  
Escuela de Entrenadores Fisicos para la Salud en la CDMX



RENADEP  
Programa Nacional de Entrenadores Deportivos  
Fundación Educa Deporte A.C.





## INSTITUTO TÉCNICO DE PREPARACIÓN FÍSICA

NUESTRO CURSO DE HABILITACION FISICA FUNCIONAL SE ENCUENTRA DEBIDAMENTE INCORPORADO A LA S.E.P. EXISTEN TRES AREAS DE PROFESIONALIZACION INTERNA: **1).-ENTRENADOR DEPORTIVO, 2).-TERAPEUTA DEPORTIVO, 3).-ASESOR DEPORTIVO**. CADA AREA TIENE DIVERSAS ACTIVIDADES COCURRICULARES A ELEGIR, LA METODOLOGIA Y LOS PLANES DE ESTUDIO FUERON DISEÑADOS EN UN SISTEMA DE INTEGRACION CONTINUA MODULAR QUE PERMITE A LOS ALUMNOS INTEGRARSE DE FORMA PERMANENTE A LAS ACTIVIDADES COCURRICULARES DE CADA AREA POR LO QUE LE BRINDA LA OPORTUNIDAD DE CONCLUIR SU PREPARACION EN UN PERIODO EXACTO DE 28 SEMANAS. (120 HRS TEORICO-PRACTICAS).

### REQUISITOS:

NO SE REQUIERE RANGO MINIMO DE ESTUDIOS	DOS FOTOS TAMAÑO INFANTIL B/N Ó COLOR	CERTIFICADO MÉDICO (PARTICULAR Y/O OFICIAL)
CUADERNO PARA TOMAR NOTAS	PAGO CORRESPONDIENTE A INSCRIPCIÓN	ROPA PARA HACER EJERCICIO Y TENIS.

### CUOTAS INICIALES DE RECUPERACION:

<b>INSCRIPCION INICIAL \$850.00*</b>	
*1era CLASE INCLUIDA	
<b>CUOTA DE RECUPERACIÓN:</b>	\$ 200.00 Semanales X 27 Semanas + \$850.00 Inscripción + \$600.00 Re-inscripciones = Total de \$6,850.00 Descuento por pago anticipado es de \$ 5,850.00, usted obtiene un ahorro de \$ 1,000.00 (Re-inscripciones incluidas)
<b>2 RE-INSCRIPCIONES (SEMANA 17 Y 25):</b>	\$300.00 C/U
<b>CREDENCIAL ESCOLAR:</b>	\$50.00 (7 MESES)
<b>MANUALES:</b>	Se adquieren con cada capacitador tienen un costo extra de recuperación de bajo costo.
<b>UNIFORMES ESCOLARES:</b>	<b>DISTRIBUIDOR AUTORIZADO: SABADOS Y DOMINGOS PATIO DEL PLANTEL Y/O 044 55 3147 6374</b>

### CUOTAS DE RECUPERACION FINAL:

-CUOTAS FINALES DE RECUPERACION: **\$ 1,250.00** (Incluye examen final, compulsas de Títulos Honoríficos Máster -Elite, Diploma-ITPF, Constancia interna y Cedula de Identidad "RENADEP" para comprobación de identidad (registracionaldeentrenadoresdeportivos.com). solo el Diploma oficial S.E.P. de habilitación física funcional tarda de 3 a 4 meses más.  
-UNA VEZ HABIENDOTE CERTIFICADO Y HABIENDO OBTENIDO TU DOCUMENTACION FINAL, SI LO DESEAS EL PLANTEL TRAMITARA TU AFILIACION COMO ENTRENADOR O TERAPEUTA FISICO PARA LA SALUD ANTE LA ASOCIACION NACIONAL DE CULTURA FISICA Y DEPORTE "ANECFID", **LA AFILIACION ES DE \$700.00. ANUAL** (Se recomienda como apoyo curricular y te otorga beneficios y descuentos en talleres internos de capacitación, incluso R.C.P. GRATIS CADA SEIS MESES con constancia incluida).

# TEMARIO

## PLAN DE ESTUDIOS

### NATACION

**Habilitación Física Funcional: Por ser asignatura del tronco común, se imparte dentro de las 28 clases de especialización.**

CLASE:	CONTENIDO TEMATICO
1	SISTEMAS BIOLÓGICOS
2	SISTEMAS BIOENERGÉTICOS
3	ESTRUCTURA SESIÓN
4	INDUCCIÓN MEDIO
5	CONCEPTOS FUNDAMENTALES
6	FLOTACIÓN
7	RESPIRACIÓN
8	PROPULSIÓN
9	DESLIZ
10	BATERÍA FÍSICA
11	MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO
12	RESISTENCIA
13	FUERZA
14	VELOCIDAD
15	FLEXO-ELASTICIDAD
16	COORDINACIÓN
17	AGUAS CERRADAS
18	AGUAS ABIERTAS
19	NADOS
20	CROL
21	DORSO
22	PECHO
23	MARIPOSA
24	CORRECCIONES DE ERRORES
25	COOPER AGUA
26	ANTROPOMETRÍA
27	TEST TÉCNICO
28	SEGURIDAD