

## Especialidad:

# Nutrición deportiva

## 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.

### DIAS Y HORARIOS DISPONIBLES:

- VIERNES DE 4:00 A 8:00 P.M. (EN LINEA)
- SABADOS DE 9:00 A 2:00 P.M. (EN LINEA)
- DOMINGOS DE 9:00 A 2:00 P.M. (EN LINEA)

## Cuotas de recuperación:

INSCRIPCIÓN INICIAL \$950.00*	
*1era CLASE INCLUIDA	
CUOTA DE RECUPERACIÓN:	\$ 200.00 Semanales X 27 Semanas + \$950.00 Inscripción + \$600.00 Re-inscripciones = Total de \$6,950.00 Descuento por pago anticipado es de \$ 5,950.00, usted obtiene un ahorro de \$ 1,000.00 (Re-inscripciones incluidas)
2 RE-INSCRIPCIONES (SEMANA 17 Y 25):	\$300.00 C/U
CREDECIAL ESCOLAR:	\$100.00 (7 MESES)
MANUALES:	Se adquieren con cada capacitador tienen un costo extra de recuperación de bajo costo.
UNIFORMES ESCOLARES:	DISTRIBUIDOR AUTORIZADO: SABADOS Y DOMINGOS PATIO DEL PLANTEL Y/O 044 55 3147 6374
TRAMITES DE CERTIFICACION	\$1,650.00

**Modalidad: en Línea**



ITPF & Escuela de Entrenadores Físicos para la Salud  
Incorporada a la SEP . Acuerdo 17FT061 de fecha 09 de febrero 2017

## Temario . Plan de estudios

4. Sistemas energéticos
  5. Fisiología del ejercicio I
  6. Fisiología del ejercicio II
  7. Aparato digestivo
  8. Componentes de la actividad y los alimentos
  9. Carbohidratos
  10. Grasas
  11. Proteínas
  12. Vitaminas
  13. Minerales
  14. Hidratación
  15. Anamnesis
  16. Composición corporal
  17. Cálculo de Kcal – METS
  18. Sistema Mexicano de Alimentos
  19. Tipo de Dietas (Aumento de masa muscular – Disminución de peso)
  20. Ayudas Ergogénicas I
  21. Ayudas Ergogénicas II
  22. TCA
  23. Anemia
  24. Hipertensión
  25. Dislipidemias
  26. Poblaciones especiales
  27. Sobrepeso y Obesidad
  28. Diabetes
  29. Mujer en el deporte
1. Bioquímicos
  2. Somatotipo I
  3. Somatotipo II