

Diplomado

Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación

Avalado por la NBA



tech universidad
tecnológica



Diplomado

Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: www.techtute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/entrenamiento-fuerza-deportes-situacion

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

El ser un sujeto muy fuerte en un ejercicio no necesariamente significa ser deportista fuerte para los requerimientos específicos del juego. Desde esta perspectiva, desarrollar la capacidad de movimiento como un principio pedagógico básico del entrenamiento, que es la "transferencia" al rendimiento específico, es de gran importancia. Por ello, con este programa de alto nivel te especializarás en entrenamiento de fuerza en deportes de situación, de la mano de profesionales con amplia experiencia del sector.



“

Este programa 100% online te permitirá compaginar tus estudios con tu labor profesional a la vez que aumentas tus conocimientos en este ámbito”

En los últimos años el entrenamiento de Fuerza irrumpió con gran ímpetu en la comunidad científica abarcando múltiples contextos los cuales van desde el Rendimiento deportivo en deportes de tiempo y marca hasta llegar a los deportes de situación pasando por todo el gran abanico de modalidades deportivas.

Históricamente los deportes de situación han incorporado, no solo metodologías de otras disciplinas, sino que también han transformado el objetivo de dichas disciplinas en propios planteándose el objetivo de desarrollar la fuerza sobre un ejercicio, cuando esto solo es un medio para su propia realidad. A partir de esta realidad es indispensable que los deportes de situación construyan sus propios objetivos por el cual desarrollar la fuerza y con ello la creación de su metodología.

El alumno de este Curso contará con una renovación diferenciadora respecto a sus colegas de profesión, pudiéndose desempeñar en todos los ámbitos del deporte como especialista en Entrenamiento de Fuerza.

El equipo docente de este Curso en Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación ha realizado una cuidadosa selección de cada uno de los temas de esta capacitación para ofrecer al alumno una oportunidad de estudio lo más completa posible y ligada siempre con la actualidad.

Así, en TECH nos hemos propuesto crear contenidos de altísima calidad docente y educativa que conviertan a nuestros alumnos en profesionales de éxito, siguiendo los más altos estándares de calidad en la enseñanza a nivel internacional. Por ello, te mostramos este Curso con un nutrido contenido y que te ayudará a alcanzar la élite de los entrenamientos físicos. Además, al tratarse de un Curso online, el alumno no está condicionado por horarios fijos ni necesidad de trasladarse a otro lugar físico, sino que puede acceder a los contenidos en cualquier momento del día, equilibrando su vida laboral o personal con la académica.

Este **Diplomado en Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Las características más destacadas del programa son:

- ◆ El desarrollo de numerosos casos prácticos presentados por especialistas en entrenamientos personales
- ◆ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen la información indispensable para el ejercicio profesional
- ◆ Los ejercicios donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ◆ El sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones
- ◆ Su especial hincapié en las metodologías innovadoras en entrenamientos personales
- ◆ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ◆ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Sumérgete en el estudio de este Diplomado de elevado rigor científico y mejora tus habilidades en el entrenamiento de fuerza para el alto rendimiento deportivo”

“

Este curso es la mejor inversión que puedes hacer en la selección de un programa de actualización por dos motivos: además de poner al día tus conocimientos como entrenador personal, obtendrás un título por la principal universidad online en español: TECH”

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de las ciencias del deporte, que vierten en esta actualización la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en Entrenamiento de la Fuerza bajo el Paradigma de los Sistemas Dinámicos Complejos y con gran experiencia.

El Curso permite ejercitarse en entornos simulados, que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

Aumenta tus conocimientos en el Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación con esta actualización de alto nivel.



02 Objetivos

El principal objetivo que persigue este programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de manera que el profesional de ciencias del deporte consiga dominar de forma práctica y rigurosa el Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación.



“

Nuestro objetivo es alcanzar la excelencia académica y ayudarte a que tú logres el éxito profesional. No lo dudes más y únete a nosotros”



Objetivos generales

- ◆ Profundizar en el conocimiento basado de la evidencia científica más actual con total aplicabilidad en el campo practico en lo referente al entrenamiento de la Fuerza.
- ◆ Dominar todos los métodos más avanzados en cuanto al entrenamiento de la Fuerza.
- ◆ Aplicar con certeza los métodos de entrenamientos más actuales para la mejora del rendimiento deportivo en cuanto a la Fuerza se refieren.
- ◆ Dominar con eficacia el entrenamiento de la Fuerza para la mejora del rendimiento en deportes de tiempo y marca, así como en los deportes de situación.
- ◆ Dominar los principios que rigen la Fisiología del Ejercicio, así como la Bioquímica.
- ◆ Profundizar en los principios que rigen la Teoría de los Sistemas Dinámicos Complejos en lo que refiere al entrenamiento de la Fuerza.
- ◆ Integrar con éxito el entrenamiento de la Fuerza para la mejora de las Habilidades Motrices inmersas en el deporte.
- ◆ Dominar con éxito todos los conocimientos adquiridos en los diferentes módulos en la práctica real.





Objetivos específicos

- ◆ Comprender en profundidad la lógica del diseño de entrenamientos basados en el movimiento
- ◆ Diferenciar medios y métodos para la fuerza
- ◆ Detectar los patrones de movimientos prioritarios para la aplicación de fuerza en el deporte en cuestión
- ◆ Comprender el funcionamiento y aplicación de los medios tecnológicos al servicio del entrenamiento de la fuerza

“

El ámbito deportivo precisa de profesionales capacitados y nosotros te damos las claves para que te sitúes en la élite profesional”

03

Dirección del curso

Nuestro equipo docente, experto en Entrenamiento Personal, cuenta con un amplio prestigio en la profesión y son profesionales con años de experiencia docente que se han unido para ayudarte a dar un impulso a tu profesión. Para ello, han elaborado este Curso con actualizaciones recientes en la materia que te permitirá capacitarte y aumentar tus habilidades en este sector.





“

*Aprende de los mejores
profesionales y conviértete tú
mismo en un profesional de éxito”*

Dirección



Sr. Rubina, Dardo

- ♦ CEO de Test and Training
- ♦ Coordinador de la Preparación física EDM
- ♦ Preparador físico del Primer Equipo EDM
- ♦ Máster en ARD COE
- ♦ EXOS CERTIFICACIÓN
- ♦ Especialista en Entrenamiento de Fuerza para la Prevención de Lesiones, Readaptación Funcional y Físico-Deportiva
- ♦ Especialista en Entrenamiento de la Fuerza Aplicada al Rendimiento Físico y Deportivo
- ♦ Especialista en Biomecánica Aplicada y Valoración Funcional.
- ♦ Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico
- ♦ Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías
- ♦ Posgrado en Prevención y Rehabilitación de Lesiones.
- ♦ Certificación en Valoración Funcional y Ejercicio Correctivo.
- ♦ Certificación en Neurología Funcional.
- ♦ Diplomado en estudios Avanzados (DEA) universidad de Castilla la Mancha.
- ♦ Doctorando en ARD

Profesores

Ldo. Palarino, Matías

- ◆ Licenciado en Actividad Física y Deportiva
- ◆ Preparador físico en Fútbol Profesional
- ◆ Preparador Físico en Hockey Hierba
- ◆ Preparador Físico en Rugby
- ◆ Amplia experiencia docente en cursos de Preparación física y control de la carga.

Ldo. Tinti, Hugo

- ◆ Licenciado en Actividad Física y Deportiva
- ◆ Máster en Big Data
- ◆ Especialista en Tecnologías y Prevención de lesiones en Fútbol
- ◆ Especialista en Gestión de Carga.

Ldo. Vaccarini, Adrián

- ◆ Licenciado especializado en deportología.
- ◆ Responsable del Área de Ciencias Aplicadas de la federación peruana de fútbol
- ◆ Preparador Físico de la selección Absoluta de Fútbol Peruana (presente en la última Copa del Mundo).

Ldo. Vilariño, Leandro

- ◆ Licenciado en Actividad Física y Deportiva
- ◆ Docente en la Federación Peruana de Fútbol
- ◆ Docente del Postgrado en Medicina del Deporte
- ◆ Preparador Físico en fútbol profesional en las ligas Argentina y Boliviana.



04

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones de la formación en la praxis diaria, conscientes de la relevancia de la actualidad de la formación de calidad en el ámbito del entrenamiento personal; y comprometidos con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.





“

Contamos con el programa científico más completo y actualizado del mercado. Queremos ponerte a tu alcance la mejor especialización”

Módulo 1. Entrenamiento de fuerza en los deportes de situación

- 1.1. Fundamentos básicos
 - 1.1.1. Adaptaciones funcionales y estructurales
 - 1.1.1.1. Adaptaciones Funcionales
 - 1.1.1.2. Relación de carga y pausa (densidad) como criterio de adaptación
 - 1.1.1.3. Fuerza como cualidad de base
 - 1.1.1.4. Mecanismos o indicadores para las adaptaciones estructurales
 - 1.1.1.5. Utilización, conceptualización de las adaptaciones musculares provocadas, como mecanismo adaptativo de la carga impuesta. (Tensión mecánica, Estrés metabólico, Daño muscular)
 - 1.1.2. Reclutamiento de unidades motoras
 - 1.1.2.1. Orden de Reclutamiento, mecanismos reguladores del sistema nervioso central, adaptaciones periféricas, adaptaciones centrales utilizando la tensión, velocidad o fatiga como herramienta de adaptación neural.
 - 1.1.2.2. Orden de reclutamiento y fatiga durante esfuerzos máximos
 - 1.1.2.3. Orden de reclutamiento y fatiga durante esfuerzos sub-máximo
 - 1.1.2.4. Recuperación de fibrilar
- 1.2. Fundamentos específicos
 - 1.2.1. El movimiento como punto de partida
 - 1.2.2. Calidad de Movimiento como Objetivo General para el Control Motor, Patrón Motor y Programación motora
 - 1.2.3. Movimientos horizontales prioritarios
 - 1.2.3.1. Acelerar, Frenar, Cambio de Dirección con pierna de adentro y pierna de afuera, Velocidad Absoluta Máxima y/o SubMaxima. Técnica, corrección y aplicación en función de los movimientos específicos en competencia
 - 1.2.4. Movimientos verticales prioritarios
 - 1.2.4.1. Jumps, Hops, Bounds. Técnica, corrección y aplicación en función de los movimientos específicos en competencia.
- 1.3. Medios Tecnológicos para la evaluación del entrenamiento de fuerza y control de carga externa
 - 1.3.1. Introducción a la tecnología y deporte
 - 1.3.2. Tecnología para evaluación y control de entrenamiento de fuerza y potencia
 - 1.3.2.1. Encoder rotatorio (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación)
 - 1.3.2.2. Celda de cargas (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación)



- 1.3.2.3. Plataforma de fuerzas (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación)
- 1.3.2.4. Fotocélulas eléctricas (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación)
- 1.3.2.5. Alfombra de contacto (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación)
- 1.3.2.6. Acelerómetro (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación)
- 1.3.2.7. Aplicaciones para dispositivos móviles (funcionamiento, variables de interpretación, protocolos de intervención, aplicación).
- 1.3.3. Protocolos de intervención para evaluación y control del entrenamiento.
- 1.4. Control de carga Interna
 - 1.4.1. Percepción subjetiva de la carga a través de la calificación del esfuerzo percibido.
 - 1.4.1.1. Percepción subjetiva de la carga para estimar la carga relativa (% 1RM)
 - 1.4.2. Alcances
 - 1.4.2.1. Como control de ejercicio
 - 1.4.2.1.1. Repeticiones y PRE
 - 1.4.2.1.2. Repeticiones en reserva
 - 1.4.2.1.3. Escala de Velocidad
 - 1.4.2.2. Controlar efecto global de una sesión
 - 1.4.2.3. Como herramienta de periodización
 - 1.4.2.3.1. Utilización (APRE) ejercicio de resistencia progresiva autorregulada, interpretación de los datos y su relación con la correcta dosificación de la carga en la sesión
 - 1.4.3. Escala de calidad de recuperación, interpretación y aplicación práctica en la sesión (TQR 0-10)
 - 1.4.4. Como herramienta en la práctica diaria
 - 1.4.5. Aplicación
 - 1.4.6. Recomendaciones
- 1.5. Medios para el entrenamiento de fuerza
 - 1.5.1. Rol del Medio en el diseño de un Método
 - 1.5.2. Medios al servicio de un método y en función de un objetivo central deportivo
 - 1.5.3. Tipos de Medios
 - 1.5.4. Patrones de movimiento y activaciones como eje central para la selección de Medios y la implementación de un Método.
- 1.6. Construcción de un Método
 - 1.6.1. Definición del tipo de ejercicios
 - 1.6.1.1. Consigas transversales como guía del objetivo de movimiento
 - 1.6.2. Evolución de los ejercicios
 - 1.6.2.1. Modificación del componente rotacional y la cantidad de apoyos según plano de movimiento
 - 1.6.3. Organización de los ejercicios
 - 1.6.3.1. Relación con los movimientos horizontales y verticales prioritarios (2.3 y 2.4)
- 1.7. Aplicación práctica de un Método (Programación)
 - 1.7.1. Aplicación lógica plan
 - 1.7.2. Aplicación de un Sesión grupal
 - 1.7.3. Programación individual en contexto grupal
 - 1.7.4. Fuerza en contexto aplicado al juego
 - 1.7.5. Propuesta de periodización
- 1.8. UTI 1 (Unidad Temática Integradora)
 - 1.8.1. Construcción de entrenamiento para adaptaciones funcionales, estructurales y orden de reclutamiento
 - 1.8.2. Construcción de sistema de monitoreo y/o evaluación del entrenamiento
 - 1.8.3. Construcción de entrenamiento basada en el movimiento para la aplicación de los fundamentos, medios y control de carga externa e interna
- 1.9. UTI 2 (Unidad Temática Integradora)
 - 1.9.1. Construcción de una sesión de entrenamiento grupal
 - 1.9.2. Construcción de una sesión de entrenamiento grupal en contexto aplicado al juego
 - 1.9.3. Construcción de una periodización de las cargas analíticas y específicas



Una experiencia única, clave y decisiva para impulsar tu desarrollo profesional

05

Metodología

Esta capacitación te ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning**. Este sistema de enseñanza es utilizado en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.





“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional, para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

En TECH empleamos el Método del caso

Nuestro programa te ofrece un método revolucionario de desarrollo de tus habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar tus competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las Universidades tradicionales de todo el mundo”



Nuestra Universidad es la primera en el mundo que combina los case studies de Harvard Business School con un sistema de aprendizaje 100 % online basado en la reiteración.



El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.

Un método de aprendizaje innovador y diferente

Este programa de Ciencias del Deporte de TECH Universidad Tecnológica es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en este área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los case studies de la Harvard, con la que tenemos un acuerdo estratégico que nos permite acercarte los materiales de la mejor universidad del mundo..

“ *Somos la única Universidad online que ofrece los materiales de Harvard como material docente en sus cursos* ”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.

Relearning Methodology

Nuestra Universidad es la primera en el mundo que combina los case studies de Harvard University con un sistema de aprendizaje 100 % online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies de Harvard con el mejor método de enseñanza 100 % online: el Relearning.

En 2019 obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra Universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.



En nuestro programa el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprendemos, desaprendemos, olvidamos y reaprendemos). Por eso, combinamos cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología hemos capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes. En ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

El relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes, los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



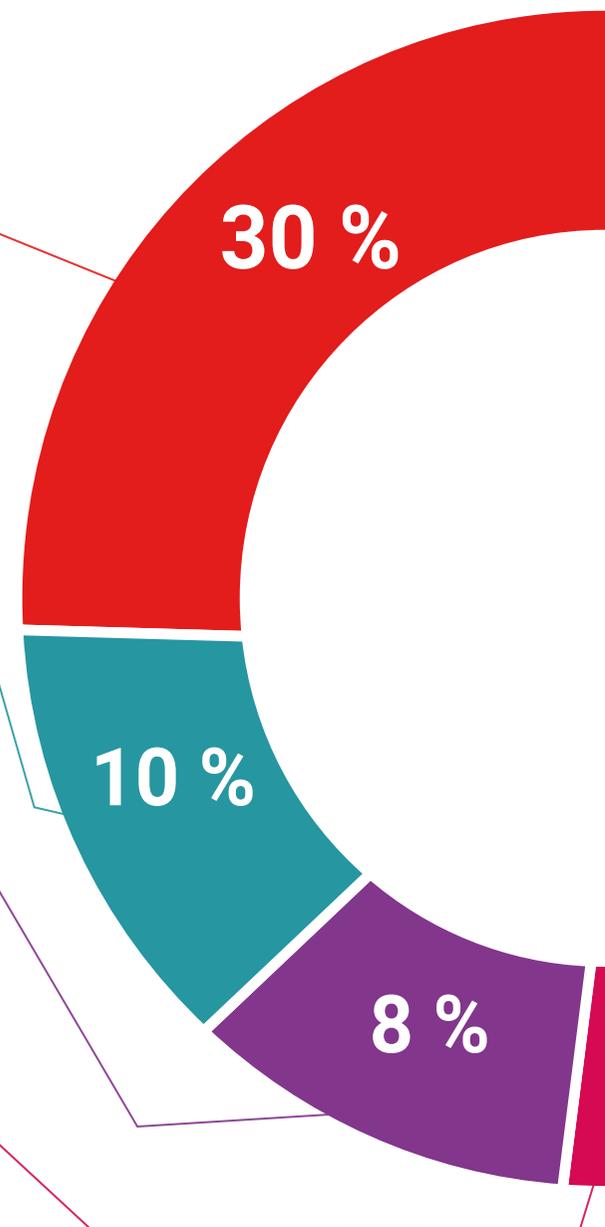
Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales..., en nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores cases studies de la materia que se emplean en Harvard. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



06

Titulación

El Diplomado en Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación te garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH - Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito esta especialización y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado en Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de las evaluaciones por parte del alumno, este recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente **Título de Diplomado** emitido por **TECH - Universidad Tecnológica**.

El título expedido por **TECH - Universidad Tecnológica** expresará la calificación que haya obtenido en el **Diplomado**, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación**

Nº Horas Oficiales: **150**

Avalado por la NBA



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Diplomado

Entrenamiento de la
Fuerza en los Deportes
de Situación

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Entrenamiento de la Fuerza en los Deportes de Situación

Avalado por la NBA

