

## Información sobre el curso

### Directores del curso:

Dr. D. Juan Manuel García Manso

Dr. D. Juan Manuel Martín González

### Profesorado:

- D. Yves de Saá Guerra

- Dr. D. Samuel Sarmiento Montesdeoca

- D. Rafael Sánchez de Torres-Peralta

- D. Joel Pedroche Hernández

### Plazas Limitadas: 20

Fecha inscripción: Límite 6 Marzo

Fechas de celebración: 6 y 7 Marzo 2008

Horario: Viernes de 16:00 a 21:00 h

Sábado de 9:00 a 14:00 h y de 16:00 a 21:00 h

Nº horas lectivas: 20 horas (2 Créditos Libre Configuración)

Cuotas: 50 € Universitarios. 120 € Externos

Pago mediante transferencia bancaria a la cuenta corriente del:

**CDU ULPGC. 2052-8101-51-3310101801**

Anotando los datos de nombre y apellidos, y nombre del curso.

### Lugar de celebración:

Servicio de Deportes ULPGC

Laboratorio de Análisis y Planificación del Entrenamiento Deportivo



Servicio de Deportes ULPGC

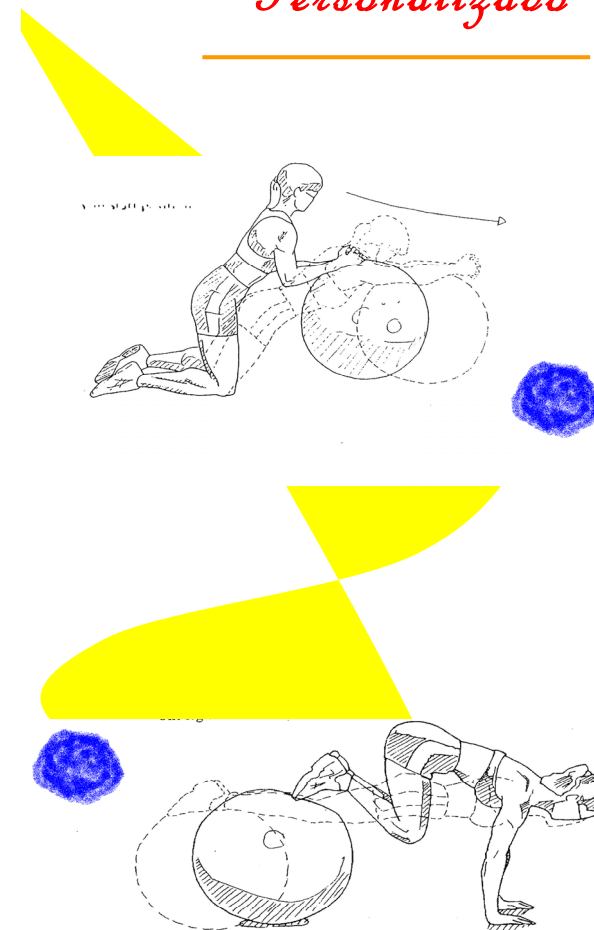
Instalaciones Deportivas de la ULPGC

Campus universitario de Tafira s/n  
35017 - Las Palmas de Gran Canaria

Teléfono: 928 45 10 51

[www.ulpgc.es/deportes](http://www.ulpgc.es/deportes)

## Curso de Entrenamiento Personalizado



# Programa del curso

## Unidad 1 Introducción

Tema 1. Concepto de entrenamiento personal.

Tema 2. Viabilidad de este servicio.

Tema 3. Marketing necesario para este servicio.

Tema 4. Espacios disponibles.

## Unidad 2 Herramientas

Tema 5. Determinación de intereses.

Tema 6. Establecimiento de objetivos

Tema 7. Instrumentos de medición de condición física aplicada a las distintas poblaciones.

Tema 8. Instrumentos de entrenamiento de las distintas cualidades aplicados a las distintas poblaciones.

Tema 9. Equipamiento verdaderamente útil.

Tema 10. Aspectos psicosociales olvidados.

## Unidad 3 Tendencias Actuales

Tema 11. Uso de las nuevas tecnologías en nuestro campo.

Tema 12. Instrumental complementario disponible.



Más información e inscripciones:  
Servicio de deportes ULPGC: 928 45 10 51  
Laboratorio de Análisis y Planificación del Entrenamiento Deportivo: 928 45 44 06  
[www.ulpgc.es/deportes](http://www.ulpgc.es/deportes)