

## Área Formativa de SALA FITNESS Y ENTRENAMIENTO PERSONAL



*Estás visualizando las formaciones disponibles del Área formativa de SALA FITNESS Y ENTRENAMIENTO PERSONAL de FEDA Málaga.*

*Encontrarás en ella una amplia variedad de formaciones tanto presenciales cómo online, para que tu aprendizaje se adapte a tus intereses profesionales.*

*Este programa incluye cursos tanto para iniciados en esta área, como para aquellos alumnos que quieren realizar una formación continua, niveles 1 y 2, o especializaciones. También podrás elegir aquellos cursos que te interesen y crear tu propio pack (te asesoraremos, para que la elección sea la más adecuada)*

*Si estás interesado en alguno de los programas que a continuación te detallamos, sólo tienes que enviarnos un mensaje a nuestro WhatsApp 644 410 226 para que te enviemos la información elegida.*

Formaciones disponibles.

Inscripciones abiertas.

Solicita el programa que te interese en el WhatsApp 644 410 226

**EXPERTO**

## Experto FEDA para acreditación en... **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN ENTRENAMIENTO PERSONAL EAF743**



Fecha de comienzo **20 abril 2024**

### **FORMACIÓN ADAPTADA AL PROCESO DE ACREDITACIÓN DE COMPETENCIAS PROFESIONALES**

743 horas certificadas en:

- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN SALA F. Y ENT. PERSONAL: level 1**
- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN PERSONAS CON PATOLOGÍAS**
- **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL**
- **CORE TRAINING**
- **ENTRENAMIENTO INTERVÁLICO ALTA INTENSIDAD – HIIT**
- **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA DEPORTIVA Base – online**
- **READAPTACIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS EN SALA DE FITNESS – online**
- **PRIMEROS AUXILIOS MF0272\_2 - online**
- **FUNDAMENTOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA – online**
- **VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS MF0273\_3 – online**

Tu experiencia se valora.

Andalucía  
**acredita.**  
Reconocimiento  
oficial de la  
experiencia  
profesional



# MÓDULOS

## Módulo 1 de... **TÉCNICO SALA FITNESS** MSF.300



Fecha de comienzo **2 junio 2024**

300 horas certificadas en:

- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN SALA FITNESS: level 1**
- **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA DEPORTIVA Base – online**
- **SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA APLICADA – online**
- **FUNDAMENTOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA – online**

---

## Módulo 2 de... **TÉCNICO SALA FITNESS** MSF.253



Fecha de comienzo **20 abril 2024**

253 horas certificadas en:

- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN SALA FITNESS: level 1**
  - **FUNCIONAL TRAINING**
  - **ENTRENAMIENTO INTERVÁLICO ALTA INTENSIDAD - HIIT**
  - **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: CORE**
  - **FUNDAMENTOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA - online**
-

## Módulo 1 de... **ENTRENADOR PERSONAL** MEP.400



Fecha de comienzo **2 junio 2024**

400 horas certificadas en:

- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN SALA F. Y ENT. PERSONAL: level 1**
- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN PERSONAS CON PATOLOGÍAS Y POB. ESPECIALES**
- **READAPTACIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS EN SALA FITNESS – online**
- **FUNDAMENTOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA - online**

---

## Módulo de... **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL – HIIT** MFT.153



Fecha de comienzo **20 abril 2024**

153 horas certificadas en:

- **FUNCIONAL TRAINING**
  - **ENTRENAMIENTO INTERVÁLICO ALTA INTENSIDAD - HIIT**
  - **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: CORE**
  - **FUNDAMENTOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA – online**
-

## CURSOS

### Curso... **SALA FITNESS – Level 1**



Fecha de comienzo *2 junio 2024*

200 horas certificadas en:

- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN SALA FITNESS: level 1**
- **FUNDAMENTOS DE LA MOTRICIDAD HUMANA - online**

---

### Curso... **PATOLOGIAS y POBLACIONES ESPECIALES** **Level 2 de Entrenador Personal**



Fecha de comienzo *20 julio 2024*

100 horas certificadas en:

- **PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN PERSONAS CON PATOLOGÍAS Y POB. ESPECIALES**

**Requisito previo** Sala Fitness y Fundamentos de la Motricidad Humana

---

## SEMINARIOS y ACTIVIDADES FORMATIVAS

### Seminario... **SUELO PÉLVICO**



Fecha *13 abril 2024*

8 horas certificadas en:

- **SUELO PÉLVICO APLICADO AL FITNESS**

### Seminario... **CORE**



Fecha de comienzo *27 abril 2024*

8 horas certificadas en:

- **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: CORE TRAINING**

### Actividad Formativa... **HIIT**



Fecha *11 mayo 2024*

5 horas certificadas en:

- **ENTRENAMIENTO INTERVÁLICO ALTA INTENSIDAD – HIIT**

### Seminario... **TÉCNICAS HIPOPRESIVAS**



Fecha de comienzo *6 julio 2024*

12 horas certificadas en:

- **TÉCNICAS HIPOPRESIVAS ADAPTADAS AL FITNESS**

**L**os cursos presenciales y online estarán supervisados durante el período de formación por tu tutor del curso y por el Departamento de Formación.

**R**ecibirás material didáctico de las diferentes disciplinas.

**P**odrás realizar tus prácticas, guiadas por el tutor en nuestro centro *FEDA FIT*, durante el curso presencial, siempre que así lo requiera la disciplina.

**L**os módulos online, los tendrás disponibles en tu plataforma 24 h para que puedas realizarlos en tu tiempo libre.

**S**eguro de accidentes deportivos durante tu curso presencial, avalado por Helvetia.

**C**arnet Profesional FEDA (en los cursos), válido por un año con descuentos en muchas formaciones, también podrás reciclar tus cursos y asistir a los talleres que se impartan en nuestro centro FEDA FIT.

**S**i has realizado alguno de los cursos que integran estos módulos, puedes solicitar la convalidación.

---

**A**demás, podrás entrenar GRATIS en el centro *FEDA FIT*, durante tu formación continua presencial.

También dispones de **CURSOS ONLINE** que podrás complementar **junto con tus formaciones presenciales** en FEDA Málaga, para aumentar tu polivalencia en distintas áreas y crear tu pack personalizado.



**FEDA**  
MÁLAGA

*Estudia en casa...*

*Formaciones online  
#FEDAenCASA  
100 % online*

### **El Futuro cambia y nuestra forma de aprender también #FEDAenCASA**

*FEDA se sitúa hoy día a la cabeza en la formación del profesional, especialmente dirigida a la Familia de las Actividades Físicas y Deportivas.*

*A través de nuestro **Campus FEDA**, podrás realizar una gran variedad de cursos online, desarrollados por profesionales especializados y en activo y que te permitirán una completa flexibilidad de horarios y accesibilidad en cualquier momento y lugar, para aprovechar al máximo tu estudio y que nada te limite tu progresión profesional. Las distintas formaciones en nuestro Campus FEDA, se caracterizan por su dinamismo, cuentan con vídeos, locuciones, cuestionarios y test, material didáctico, etc. sin obviar el considerar que nuestros alumnos son los principales protagonistas y por ello ponemos a su disposición la necesaria atención personalizada a través de Tutores y Asesores.*

***Pon en forma tu futuro profesional, con la mejor formación online.***



Sala Fitness y Entrenamiento Personal: nivel 1



Fitness 2: Patologías y Poblaciones especiales



Fitness 2: Readaptación de Lesiones Deportivas



Fundamentos de la Motricidad Humana



Pilates Mat



Pilates Mat y Lesiones



Nutrición Deportiva



Suplementación Deportiva



Primeros Auxilios



Valoración de las Capacidades Físicas

Contacta con nosotros en el 644 410 226 para informarte sobre nuestros cursos online

# CALENDARIO FORMATIVO FEDA MÁLAGA- ÁREAS FORMATIVAS



DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN

*Carmen Pozo Verdugo*

**Telf. Y WhatsApp 644 410 226**

[www.fedamalaga.com](http://www.fedamalaga.com)

mail: [info@fedamalaga.com](mailto:info@fedamalaga.com)

FEDA MÁLAGA FORMACIÓN Y GESTIÓN DEPORTIVA  
Pasaje Los Pintores Nave 73 – Polg. Ind. Alhaurín de la Torre 29130 Málaga