



Carreras
Técnicas



PERSONAL TRAINER



TÍTULO: Técnico Nivel Superior en Entrenamiento Personal

DURACIÓN: 4 semestres

JORNADA: Diurna y vespertina

RÉGIMEN: Presencial

SEDE: Santiago - R. Coquimbo

CAMPO LABORAL

- Prestación de servicios personalizados;
- formulación y ejecución de proyectos del área;
- gimnasios, centros de actividad física, hoteles, club sociales y deportivos, municipalidades, entre otros;
- ejercer libremente la profesión en la prestación de servicios.

MALLA CURRICULAR

I SEMESTRE	II SEMESTRE	III SEMESTRE	IV SEMESTRE
<ul style="list-style-type: none">• Sociología del Movimiento• Entrenamiento de la Resistencia• Entrenamiento de la Flexibilidad• Anatomía del Aparato Locomotor• Recreación y Animación de Eventos• Comunicación Oral y Escrita	<ul style="list-style-type: none">• Metodología I• Motricidad I• Entrenamiento de la Fuerza y Velocidad• Anatomía Cardiovascular• Aeróbica con o sin Implementos• Folclore	<ul style="list-style-type: none">• Metodología II• Motricidad II• Acondicionamiento Físico• Bases Metabólicas y Movimiento• Gimnasia Laboral y de Pausa• Actividades de Conciencia Corporal	<ul style="list-style-type: none">• Motricidad en Poblaciones Especiales y Reeducción Motriz• Planificación del Entrenamiento• Fisiología del Ejercicio• Tonificación con o sin Implementos• Actividades Acuáticas• Proyecto Integrador
PRÁCTICA			

Plan de estudio sujeto a actualizaciones periódicas. Revisar última actualización en www.ucentral.cl

ADMISIÓN

📍 Lord Cochrane 418, Santiago

✉️ admision@ucentral.cl

☎️ 600 582 2222



4 AÑOS ACREDITADA
GESTIÓN INSTITUCIONAL | DESDE DICIEMBRE 2017
DOCIENCIA DE PREGRADO | VINCULACIÓN CON EL MEDIO | HASTA DICIEMBRE 2021