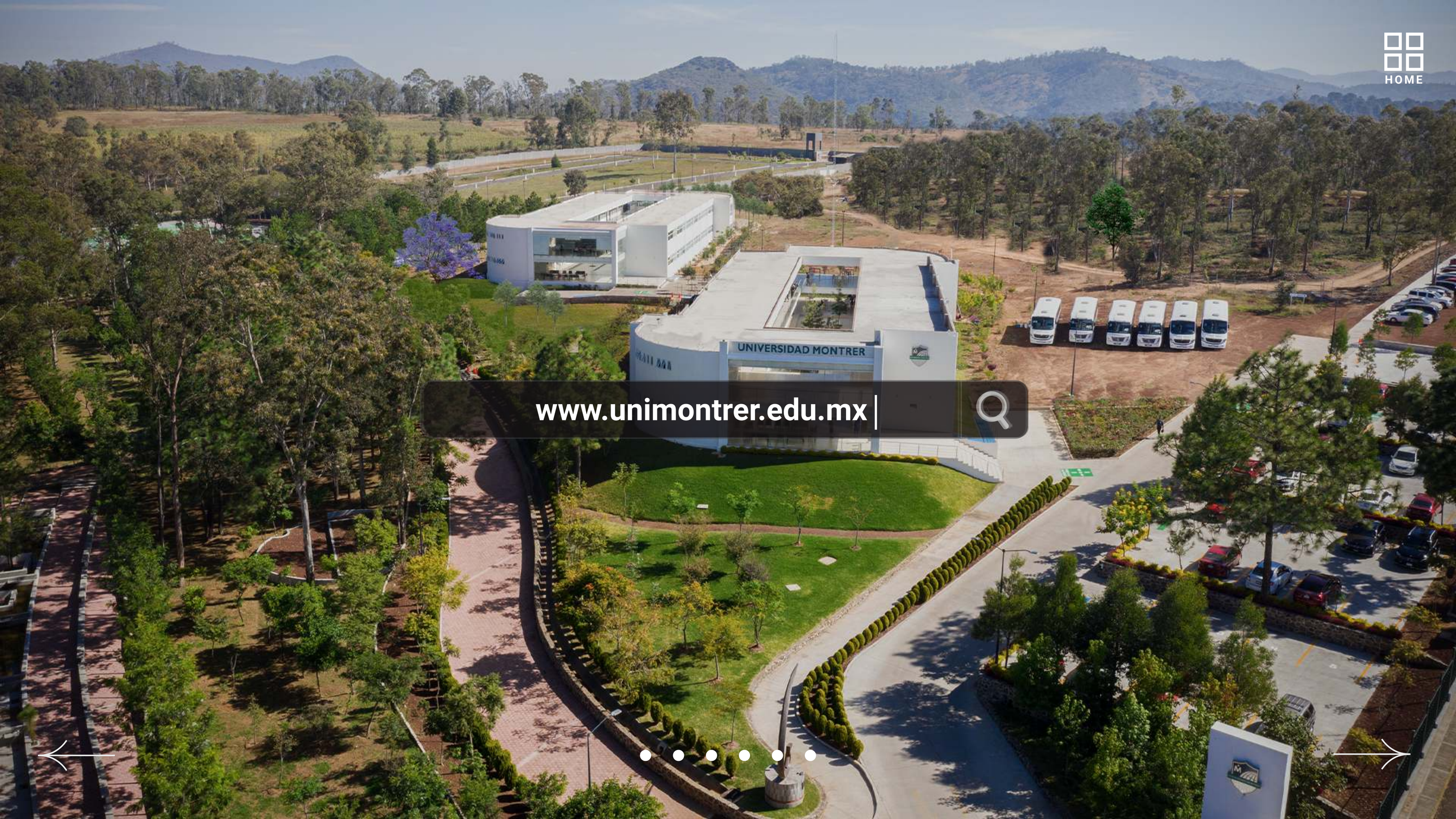
UNIMO
UNIVERSIDAD MONTRER

edu.Continua
UNIVERSIDAD MONTRER

HOME

DIPLOMADO EN

# FUERZA Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL APLICADO AL DEPORTE ALTA COMPETENCIA




www.unimontrer.edu.mx |

HOME

CONTENIDO

# ÍNDICE


PRESENTACIÓN

GENERALIDADES

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

CONTACTO

HOME

# PRESENTACIÓN DEL DIPLOMADO

La información de este folleto es válida para el ciclo escolar 2022-2023

El diplomado “Fuerza y entrenamiento funcional aplicado al deporte de alta competencia”está diseñado para quienes tienen interés en mejorar sus conocimientos de anatomía,fisiología y biomecánica de los ejercicios de fuerza, aplicar herramientas de evaluación clásicas y novedosas, así como de conocer los fundamentos del entrenamiento funcional, de la fuerza, potencia y su aplicación práctica en las sesiones de entrenamiento.

El **Diplomado en Fuerza y entrenamiento funcional aplicado al deporte de alta competencia,** tiene como objetivo:

“Poseer las herramientas necesarias para aplicar las técnicas y metodologías del entrenamiento funcional, de la fuerza y la potencia en el contexto del deporte de alta competencia.”.

HOME

# GENERALIDADES DEL DIPLOMADO

Universidad Montrer

**Modalidad:** En línea
**Duración:** 15 semanas (4 meses)
**Costo:** $6,000 al contado
(4 mensualidades de $1,500)

*Inicio* **5 de febrero** *2022*

HOME

# PROGRAMA DE ACTIVIDADES:

| MÓDULO |
| --- |
| MÓDULO 1: FUNDAMENTOS DE ANATOMÍA, FISIOLOGÍA Y BIOMECÁNICA APLICADO A LOS EJERCICIOS DE FUERZA. |
| MÓDULO 2: METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA |
| MÓDULO 3:  BASES DEL ENTRENAMIENTO FUNCIONAL, MOVILIDAD, ESTABILIDAD Y ENTRENAMIENTO UNILATERAL. |
| MÓDULO 3: DESARROLLO DE LA POTENCIA: ENTRENAMIENTO PLIOMÉTRICO Y DE LA HALTEROFILIA. |
| MÓDULO 5: ENTRENAMIENTO FUNCIONAL APLICADO A LOS DEPORTES: DE CONJUNTO, DE RAQUETA Y DE COMBATE. |

HOME

# PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Para formar parte de Comunidad Montrer, en el área de Educación Continua, te ofrecemos diferentes alternativas:

**Inscripción en línea:**

1. Puedes inscribirte en línea solamente dándole clic a la siguiente dirección

CLIC AQUÍ

2. Llena los formularios requeridos
3. Automáticamente se generará una referencia de pago para que puedas realizarlo con tres opciones diferentes de acuerdo a tus necesidades, a través de OXXO, en ventanilla del banco Santander o por transferencia bancaria
4. Una vez realizado el pago debes de llevar la documentación requerida a Servicios Escolares.

**Inscripción contacto con ejecutivo:**

1. Ponte en contacto con nosotros ya sea vía telefónica o visítanos personalmente o a través de nuestra página web y un profesional te atenderá y guiará en el proceso de admisión.
2. Llenando los formularios y enviándote la referencia de pago.

HOME

## CONTACTO

**Carmen Alicia Ojeda Dávila**
Coordinadora de Educación Continua

Correo: caojeda@unimontrer.edu.mx
Teléfono: (443) 324 04 39 Ext. 20988