



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario
DGDU

CURSO

ANÁLISIS DE LA REGLAMENTACIÓN TÉCNICO-DEPORTIVA DEL FISICOCONSTRUCTIVISMO PARA ENTRENADORES Y DEPORTISTAS



CUPO LIMITADO

MODALIDAD
HÍBRIDA

OBJETIVO GENERAL

Comprender la importancia del reglamento técnico-deportivo de la disciplina deportiva del fisicoconstructivismo, a partir del análisis de su contenido, con el propósito de aplicar dicha reglamentación bajo una debida interpretación que permita a deportistas y entrenadores emplear correctas estrategias de puesta a punto y poses reglamentarias que facilite evaluar su desempeño.

IMPARTE

Andrea Altamirano Toledo.

TEMAS

1. Historia del fisicoconstructivismo.
2. Criterios de fisiculturismo.
3. Código de ética para competidores y entrenadores.
4. Características del entrenamiento femenino en fisicoconstructivismo.
5. Pre y post competencia en el periodo de pérdida de grasa.
6. Arte de posar.
7. Categorías femeniles y varoniles.
8. Poses reglamentarias.
9. Psicología deportiva para entrenadores y competidores.

DIRIGIDO A

Entrenadores, deportistas y jueces de fisicoconstructivismo.

FECHAS

Del **3** al **7** de **marzo** de **2025** (en línea) y del **10** al **14** de marzo de **2025** (presencial).

DÍAS Y HORARIOS DE IMPARTICIÓN

De **lunes** a **viernes** de **11:00** a **13:00** horas.

LUGAR / PLATAFORMA

- Centro de Capacitación en Jueceo y Arbitraje Deportivo.
- Zoom y Classroom.

DURACIÓN

20 horas (10 horas en línea y 10 horas en presencial).

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN

28 de **febrero** de **2025**.

REGISTRO

<https://deporte.unam.mx/ccjad/cursostalleres.php>

REQUISITOS DE DOCUMENTOS

- Contar con correo electrónico de Google.
- Comprobante de estudios con nivel mínimo de bachillerato y/o equivalente.
- CURP.
- Identificación oficial con fotografía vigente.

COSTOS

Alumnos UNAM: \$100.00 (Cien pesos 00/100 M.N.).

Académicos, trabajadores y exalumnos: \$300.00 (Trescientos pesos 00/100 M.N.).

Externos: \$600.00 (Seiscientos pesos 00/100 M.N.).

INFORMES

ccjad@deporte.unam.mx

#SOYDEPORTEUNAM

