



Secretaría de Servicio y Atención a la Comunidad Universitaria

Dirección General del Deporte Universitario

DGDU

CURSO

LA PREPARACIÓN EN LOS DEPORTES DE COMBATE

CUPO LIMITADO

EN LÍNEA

OBJETIVO GENERAL

Enseñar la preparación física integral de los deportes de combate, tanto a nivel profesional, como amateur.

IMPARTE

Prof. Emmanuel Novas Sánchez.

TEMAS

1. La preparación física y su importancia en los deportes de combate diferenciado entren amateur y profesional.
2. Clasificaciones de los deportes de combate y su caracterización energética.
3. La evaluación, preparación y seguimiento de la resistencia y la fuerza para el combate.
4. Evaluación y desarrollo de la estructura corporal del peleador.
5. Puesta a punto para los peleadores y estrategias de recuperación.

DIRIGIDO A

Entrenadores deportivos.

FECHAS

Del 31 de enero al 28 de febrero del 2025.

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN

30 de enero del 2025.

PLATAFORMA

Vía Zoom.

DURACIÓN

5 sesiones | 20 horas.

DÍAS Y HORARIOS

Viernes de 10:00 a 14:00 horas.

REGISTRO

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

REQUISITOS DE DOCUMENTOS

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

COSTOS

Alumnos vigentes:

\$ 500.00 (Quinientos pesos 00/100 M.N.).

Académicos, trabajadores y ex-alumnos:

\$ 1,000.00 (Mil pesos 00/100 M.N.).

Externos:

\$1,500.00 (Mil quinientos pesos 00/100 M.N.).

INFORMES

ced@deporte.unam.mx

#SOYDEPORTEUNAM



REDEC UNAM