IMPARTE
Andrea Altamirano Toledo.

OBJETIVO GENERAL
Comprender la importancia del reglamento técnico-deportivo de la disciplina deportiva del fisicoconstructivismo, a partir del análisis de su contenido, para interpretarlo debidamente y así permitir a deportistas y entrenadores emplear correctas estrategias de puesta a punto y poses reglamentarias.

TEMAS
- Historia del fisicoconstructivismo.
- Criterios de fisicoculturismo.
- Código de ética para competidores y entrenadores.
- Características del entrenamiento femenino en fisicoconstructivismo.
- Pre y post competencia en el periodo de pérdida de grasa.
- Arte de posar.
- Categorías femeniles y varoniles.
- Poses reglamentarias.
- Psicología deportiva para entrenadores y competidores.

DIRIGIDO A QUIÉN
Entrenadores, deportistas y jueces de fisicoconstructivismo.

FECHAS
Del **5** al **8** y del **12** al **15** de **enero** de **2027**.

DÍAS Y HORARIOS DE IMPARTICIÓN
De martes a viernes, de las 11:00 a las 13:30 horas.

LUGAR / PLATAFORMA
Zoom y Classroom.

DURACIÓN
20 horas.

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN
4 de **enero** de **2027.**

REGISTRO
https://deporte.unam.mx/ccjad/cursostalleres.php

COSTO
- **Alumnos UNAM:** $300.00 (trescientos pesos 00/100 M.N.).
- **Académicos, trabajadores, exalumnos y Sistema Incorporado:** $500.00 (quinientos pesos 00/100 M.N.).
- **Externos:** $800.00 (ochocientos pesos 00/100 M.N.).

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.

INFORMES
ccjad@deporte.unam.mx