



CURSO

**“ACTIVIDAD FÍSICA
EN ADULTOS MAYORES”**

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO JMI SENIOR

PLAN DE ESTUDIO

INFORMACIÓN

DURACIÓN

3 MESES

MODALIDAD

100% ONLINE

DISERTANTE

Prof. Walter Hindle

JMIFITOFICIAL



TEMARIO

MÓDULO 01 **Introducción**

MÓDULO 02 **Proceso Evolutivo**

MÓDULO 03 **Beneficios de la Actividad Física en la Tercera Edad**

MÓDULO 04 **Prescripción del Ejercicio en Personas sanas**



TEMARIO

MÓDULO 05 Planificación de las Sesiones de Entrenamiento

MÓDULO 06 Patología asociada al proceso de envejecimiento

MÓDULO 07 Efectos de actividad física en las patologías:
recomendaciones y prescripción

MÓDULO 08 Capacidades físicas a reactivar



TEMARIO

- MÓDULO 09** **Guía de ejercicios para realizar en la casa**
- MÓDULO 10** **Deporte en la Tercera Edad**
- MÓDULO 11** **Entrenamiento Funcional en la Tercera Edad**
- MÓDULO 12** **Rehabilitación**
- MÓDULO 13** **Nutrición en la Tercera Edad**



VALOR DEL CURSO

MODALIDAD
ONLINE

ARS 96.000
(3 cuotas)

PAGO ÚNICO \$288.000

Opción pago en cuotas con tarjeta

JMIFITOFICIAL



MÉTODOS DE PAGO

CURSO

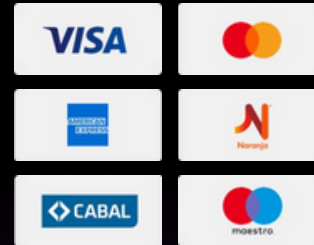
"Actividad física en adultos mayores"



Argentina
NRO CUENTA.
Banco SANTANDER
CBU:
0720519420000000809922
CUIT: 33-71641659-9
Titular: MAXMAT SRL
Cuenta Corriente en Pesos
N° Cta: 8099/2
Sucursal: 0519

Getnet

Podés abonar hasta 3 cuotas sin
interés con las siguientes tarjetas



MÉTODOS DE PAGO

CURSO

"Actividad física en adultos mayores"

Enviar el comprobante de pago

a : **info@jmifit.com**

Indicando:

- 1 - Nombre completo
- 2 - Método de pago
- 3 - Capacitación inscripta

¡YA ESTÁS ANOTADO! CERTIFICACIÓN

Se entrega un certificado avalado por la **ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA + ALIANZA DE SALUD INTERNACIONAL** al finalizar el curso
Incluye PDF con el contenido detallado del curso digital.



CONTACTO

info@jmifit.com

www.jmifit.com

www.instagram.com/jmifitoficial

Bonpland 2069 | CABA | Argentina

+549115322-7777