



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA ECUADOR**

# CARRERA DE CULTURA FÍSICA

# CAPACITACIÓN MODULAR EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

**MÓDULO I del 10 al 21 de marzo de 2020**  
Entrenamiento Deportivo I

**MÓDULO II del 20 al 31 de julio de 2020**  
Entrenamiento Deportivo II

**Lcdo. Julio Chuqui Calle**  
CAPACITADOR

**HORARIO**  
**DE LUNES A VIERNES**  
**DE 18:00 A 20:00**  
**Duración: 64 horas**

**Inscripciones:**  
Página de la UPS, educación continua  
o en la oficina de la carrera

[www.ups.edu.ec](http://www.ups.edu.ec)

Síguenos en:

@UPSalesianace @upsalesiana Universidad Politécnica Salesiana Ecuador Universidad Politécnica Salesiana @upsalesianace

#SoyUPS



La Universidad Politécnica Salesiana, a través de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la sede Cuenca, invita a la “Capacitación Modular en Entrenamiento Deportivo”, misma que estará a cargo del docente y entrenador deportivo, Julio Chuqui.

El evento contará con dos módulos:

El primero se realizará de 10 al 21 de marzo y en él se analizarán temas como:

Periodización del entrenamiento.

Desarrollo y entrenamiento de las capacidades físicas.

Principios del entrenamiento deportivo. Métodos de entrenamiento.

El segundo módulo se desarrollará del 20 al 31 de julio y tratará los siguientes temas:

La Macroestructura.

Cuantificación de la carga de entrenamiento.

La Mesoestructura.

La Microestructura.

Los organizadores de la capacitación hacen una cordial invitación a estudiantes, graduados, y público en general para que asistan a este importante curso y se capaciten en estas áreas de la Cultura Física.

Los interesados e interesadas pueden realizar su inscripción ingresando al siguiente enlace: <http://bit.ly/2TEto0F> o también lo puede hacer en la oficina de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte.

**Fechas:**

Primer módulo: del 10 al 21 de marzo de 2020

Segundo módulo: del 20 al 31 de julio de 2020

**Horario:** lunes a viernes de 18h00 a 20h00

**Ciudad:** Cuenca

**Lugar:** laboratorios de la UPS sede Cuenca

**Dirección:** Calle Vieja 12-30 y Elia Liut

**Costo:** Estudiantes y graduados de la UPS: 35 USD - Público en general: 75 USD



Fecha de impresión: 23/11/2024

## Capacitación Modular en Entrenamiento Deportivo

### Más Información:

Franklin Ramón

Teléfono: 07 4135250 ext.: 1174

Correo: [framon@ups.edu.ec](mailto:framon@ups.edu.ec)

[Ver evento en www.ups.edu.ec](http://www.ups.edu.ec)