



NASM PHYSIQUE AND BODYBUILDING COACH [NASM-PBC]

**NOMBRE EN
ESPAÑOL:**

**ESPECIALIDAD INTERNACIONAL DE ENTRENADOR PARA
FISICOCULTURISMO**

INTRODUCCIÓN: La nueva especialización [NASM-PBC] brinda el conocimiento de programación en fitness para satisfacer las necesidades de los clientes con objetivos estéticos de hipertrofia y competencia en culturismo.

DURACIÓN: 200 horas (aproximadamente 4 meses)

DESCRIPCIÓN: Diseñado específicamente para profesionales [así como entusiastas] que buscan el contenido, las estrategias y la programación basados en evidencia más actuales para optimizar el desarrollo físico, este curso lo ayuda a transformar a los clientes en atletas físicos de élite mientras transforma su carrera en el proceso.

Conviértase en el experto al que recurren sus clientes para todas sus necesidades de transformación corporal.

SECCIONES:

1. Introducción a la mejora física
2. Fisiología, anatomía y biomecánica de la mejora física
3. Principios de la nutrición
4. Evaluaciones de la estética corporal, estado físico y nutrición
5. Principios de entrenamiento
6. Principios de programación y entrenamiento

¿QUÉ INCLUYE?

+40 recursos, manuales y guías descargables

Biblioteca de videos con +130 demostraciones, ejercicios y evaluaciones

A cargo de +23 expertos en la materia incluidos Brian Sutton, Eric Helms, Brad Dieter, Brad Schoenfeld, Eric Trexler y Bill Campbell.

