

CURSO DE **PT POPULAÇÕES ESPECIAIS**



Numa altura em que o papel do Personal Trainer assume cada vez mais um papel diferenciador no mercado do Fitness, é fundamental estes profissionais estarem preparados para servirem as necessidades específicas de cada cliente. Essas necessidades são normalmente fruto de objetivos intrínsecos do cliente, mas muitas das vezes são também limitações/realidades da sua própria condição de Humanos. Assim, cabe-nos a nós profissionais desta área, estarmos a par das necessidades das ditas Populações Especiais, quer ao nível das características e especificidades das limitações que causam à pessoa, quer ao nível do impacto, das limitações e dos benefícios do exercício neste tipo específico de clientes.

OBJETIVOS

- Pretende-se com este curso que o candidato adquirira conhecimentos teórico-práticos suficientes para intervir de forma consciente e mais eficaz, mantendo a segurança dos seus clientes, tendo em conta as suas características/limitações individuais, criando assim a motivação necessária ao cliente, fazendo-o perceber que o exercício orientado é uma mais-valia para a sua qualidade de vida e por consequência fidelizá-lo ao nosso serviço de Personal Training.

O QUE INCLUI A INSCRIÇÃO?

- 15 Horas de Formação
- Material de Apoio ao Curso
- Certificado de Formação Profissional
- Seguro de Acidentes Pessoais em Vigor durante a Formação
- 3 Unidades de Crédito para renovação do TPTD (Título Profissional de Treinador Desportivo)
- 3 Unidades de Crédito para renovação do TPTEF (Título Profissional de Técnico/a de Exercício Físico) e do TPDT (Título Profissional de Director/a Técnico/a)

ESTRUTURA PEDAGÓGICA DO CURSO

1. O papel do PT perante cada População Especial:

- 1.1. Idosos
- 1.2. Doenças cardiovasculares
- 1.3. Gravidez
- 1.4. Síndrome metabólico/diabetes
- 1.5. Doenças/limitações/recuperação da coluna vertebral
- 1.6. Limitações/prevenção do joelho e ombro

2. Características de cada População Especial

3. Especificidades e Limitações para cada População Especial

4. Indicações do Exercício Físico para cada População Especial

- 4.1. Benefícios associados
- 4.2. Riscos e contraindicações

5. Aplicação prática de um programa de treino para cada População Especial

6. Reflexão sobre o plano e aplicabilidade para cada caso específico

LOCALIDADES

PORTO

LISBOA

PREÇOS

Taxa de Inscrição

37 EUR

Valor do Curso

160 EUR

Descontos
(não acumuláveis)

15% - ex alunos da Promofitness

10% - grupos de 3 pessoas

10% - portadores do Cartão Jovem

20% - habitantes de Madeira ou Açores
(mediante comprovativo de viagem
para os dias da formação)

20% - habitantes no estrangeiro
(mediante comprovativo de viagem
para os dias da formação)



PROMOFITNESS



WWW.PROMOFITNESS.COM



INFO@PROMOFITNESS.COM



**222 081 418
916 982 815**



PROMOFITNESS



PROMOFITNESS.LDA



COMPANY/PROMOFITNESS



PROMOFITNESS