



# ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES CULTURISMO MUSCULACION Y FITNESS FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE HALTEROFILIA

**Madrid 5,  
6 y 7 de  
Abril 2019**



## Curso de Monitor de Culturismo, Musculación y Fitness

### ORGANIZA

ESCUELA NACIONAL DE  
ENTRENADORES CULTURISMO  
MUSCULACION Y FITNESS

### FECHAS

Viernes: 14:15 recogida documentación.  
15:00 - 20:30 teórica.  
Sábados: 9:00 - 14:00 teórica.  
Domingo: 08:30 - 12:30 práctica.  
12:40 examen.

### LUGAR

Institución Profesional Salesiana  
C/ Ronda de Don Bosco, 3  
(Carabanchel) Madrid

### REQUISITOS

Tener más de 16 años.

### PRECIO 395€

Después de aprobar el examen, realizar las 85 horas de práctica y abonar los derechos de gestión y tramitación, se entrega el título de Monitor de Culturismo, Musculación y Fitness.

**Carga lectiva: 100 horas.**

### PROGRAMA

- Elementos de una sala.
- Aplicaciones y especificaciones.
- Técnicas básicas de entrenamiento.
- Desarrollo sistemas de entrenamiento.
- Desarrollo teórico-práctico de los ejercicios de acondicionamiento.

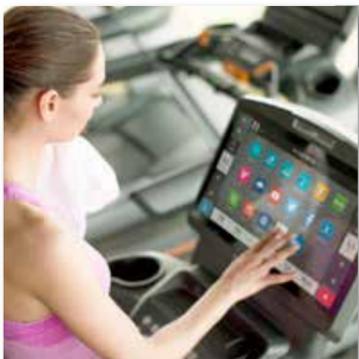
### DOCUMENTACIÓN

- 1 foto tamaño carnet.
- Fotocopia del DNI.
- Resguardos bancarios (originales).

**Único curso  
expedido por  
una Federación  
Española válido  
a nivel nacional.**



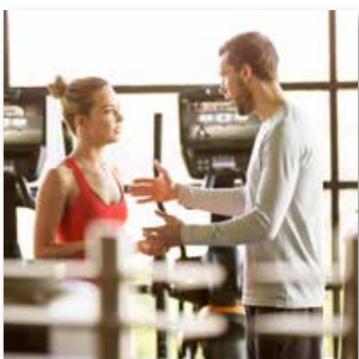
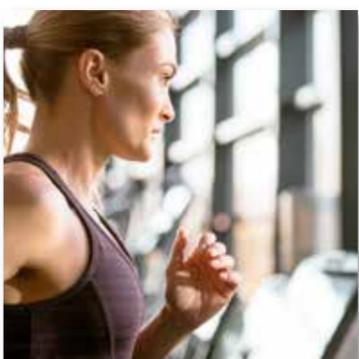
**MATRIX**



Organizan



**INSCRIPCIONES: [www.enecmf.es](http://www.enecmf.es) • 609 175 592**



Escribir un correo indicando vuestro nombre completo y numero de móvil o llamar por telefono y se os asignará un nº de matrícula. A continuación se ingresa, como reserva de plaza, **95 euros** en la cuenta del BANCO SABADELL a nombre de **ENECMF ES67 - 0081 - 0357 - 41 - 000 165 41 68** indicando en el papel del banco los dos apellidos y las palabras "Monitor Madrid" y el nº de matrícula. Por último enviar el resguardo bancario con otra hoja (si lo deseas en la pagina [www.enecmf.es](http://www.enecmf.es) en DESCARGAS, puedes imprimir la FICHA RESERVA DE CURSO) donde figuran nombre, apellidos, teléfonos, correo electrónico y número de matrícula) por correo electrónico. Una vez recibido el correo, te enviarán, EN EL PLAZO DE 48 HORAS, un correo o un SMS, al móvil confirmandote tu nº de matrícula. El resto del dinero, se ingresará en la misma cuenta antes del comienzo del curso o se entregará, en metálico, al comienzo del mismo, junto con la documentación necesaria. Los que deseen una factura oficial, deberán solicitarla al enviar la reserva, para recogerla, junto con la documentación al comienzo del curso. Para información sobre cuestiones técnicas, llama al 609 175 592 o escribe a [enecmf@yahoo.es](mailto:enecmf@yahoo.es)