



Curso oficial de preparación para la certificación CSCS

UPAEP PUEBLA - AGOSTO
2017

11 - 13 de agosto

Cierre de inscripciones: 5 de julio

Más información: info@nscaspain.com



HSNSTORE.COM
NUTRICIÓN DEPORTIVA Y DIETÉTICA NATURAL

 **podoactiva**
BY YOUNEXT

 **DSSFITNESS**
sport systems

AFW
Complete Free Weight Solution

 **UPAEP**
Fisioterapia



Curso oficial de preparación para el examen CSCS - Certified Strength and Conditioning Specialist

Fecha Curso oficial:	11, 12 y 13 de agosto de 2017
Fecha RCP/DESA:	No incluida
Lugar Curso oficial	Clínica de Fisioterapia y Nutrición UPAEP 15 poniente, 1711, interior 2. Colonia Barrio de Santiago.Puebla, Puebla
Cierre de inscripciones	5 de julio de 2017
Listado de admitidos	6 de julio de 2017
Plazo de pago	Del 6 de julio al 12 julio de 2017 (tras recibir confirmación de la plaza)

¿Qué es ser certificado en entrenamiento de fuerza y acondicionamiento?

Los especialistas certificados en entrenamiento de fuerza y acondicionamiento (Certified Strength and Conditioning Specialists, CSCS) son profesionales que aplican el conocimiento científico para el entrenamiento de deportistas, con el objetivo prioritario de mejorar su rendimiento. Llevan a cabo sesiones de valoración específicas para cada deporte, diseñan e implementan entrenamientos de fuerza seguros y efectivos, así como programas de acondicionamiento, además de proporcionar una orientación sobre nutrición y prevención de lesiones. Reconociendo que su área de aplicación es diferente, un CSCS consulta y remite a sus clientes a otros profesionales cuando lo considera adecuado.

Para obtener la certificación CSCS, se requiere un profundo conocimiento de la anatomía y fisiología humanas, principios del entrenamiento, cinesiología y ciencias del ejercicio, combinado con la experiencia práctica.

¿En qué consiste el Curso oficial de preparación para la certificación CSCS?

El Curso oficial de preparación para el examen CSCS se trata de una formación presencial e intensiva, no obligatoria, donde se explican los principales conceptos relacionados con el examen de certificación CSCS. Por lo tanto, no es un curso de entrenamiento, sino una formación exclusivamente encaminada a la preparación del examen CSCS.

NO se incluye la formación en RCP y DEA.

¿Qué incluye la inscripción al Curso oficial de preparación CSCS?

- Asistencia al Curso oficial de preparación CSCS, con una duración de 20 horas.
- Diapositivas utilizadas por los profesores de los diferentes bloques de contenidos.



- Libro de estudio (Baechle y Earle, 2007. Principios del Entrenamiento de la Fuerza y del Acondicionamiento Físico. Ed. PANAMERICANA).
- Inscripción (incluidos gastos de matriculación) para la realización del examen CSCS para una convocatoria.
- Acceso a los simulacros de examen CSCS online vía Moodle.
- NO incluye formación RCP/DEA (obligatorio presentar certificado RCP/DEA para presentarse al examen CSCS).

(La inscripción al Curso oficial incluye todos los gastos de gestión de registros, logística, administración del examen de certificación CSCS, envío de notificaciones y gestión de diplomas)

¿A quién está dirigido?

Licenciado y/o grado¹ en Ciencias del ejercicio, fisioterapeutas, que quieran desarrollar sus conocimientos en el ámbito del entrenamiento con objetivo de mejorar el rendimiento de deportistas de Alto Nivel.

Prerrequisitos para realizar el examen de certificación CSCS

Los candidatos al examen de certificación CSCS deben acreditar previamente:

- Título de Licenciatura o Grado Universitario.
- Certificado en reanimación cardiopulmonar (RCP) y en desfibrilación automática externa (DEA) actualizado.

Certificación obtenida

En caso de aprobar el examen de certificación CSCS, el alumno recibirá un certificado expedido por la entidad National Strength and Conditioning Association (NSCA) de los Estados Unidos que le acredita como entrenador certificado. Dicha certificación deberá renovarse en el periodo indicado por la entidad y que aparece señalado en el certificado como fecha de expiración.

*Nota: Los estudiantes de último curso del grado en Fisioterapia podrán cursar este curso y presentarse al examen de certificación CSCS, siempre que presenten como máximo un año después de la realización el examen su título de finalización de estudios universitarios. En caso de no presentar el título en el plazo correspondiente, la certificación NSCA obtenida quedará anulada y dejará de tener validez, teniendo que realizar de nuevo el examen.

¹ Admitidos estudiantes de último curso de licenciatura o grado
everyone stronger
www.nscaspain.com



Contenido y horario²:

Miércoles, 11 de agosto

16.00 a 16.30 h	Entrega de material y presentación del curso
16.30 a 18.00 h	Fundamentos anatómicos y fisiológicos
18.00 a 19.30 h	Conceptos biomecánicos
19.30 a 20.00 h	Descanso
20.00 a 21.00 h	Respuestas y adaptaciones al entrenamiento

Jueves mañana, 12 de agosto

9.00 a 11.30 h	Nutrición
11.30 a 12.00 h	Descanso
12.00 a 14.00 h	Entrevista, evaluación inicial y valoración funcional del cliente

Jueves tarde, 12 de agosto

16.00 a 17.30 h	Metodología del entrenamiento de fuerza
17.30 a 19.15 h	Técnica de los ejercicios de entrenamiento de fuerza
19.15 a 19.45 h	Descanso
19.45 a 21.00 h	Metodología del entrenamiento aeróbico

Viernes, 13 de agosto

9.00 a 10.30 h	Entrenamiento para poblaciones especiales
10.30 a 11.00 h	Descanso
11.00 a 12.30 h	Clientes con problemas ortopédicos, por lesiones y por rehabilitación
12.30 a 13.30 h	Aspectos legales y de seguridad
14.00 h	Clausura del Curso oficial

² La distribución de las horas y contenidos puede sufrir cambios respecto a lo presentado en este documento



La inscripción al Curso oficial incluye:

- Asistencia al Curso oficial monográfico de preparación para el examen, con una duración de 20 horas.
- Inscripción (incluidos gastos de matriculación) para la realización del examen CSCS (una convocatoria).
- Manual CSCS: Principios del Entrenamiento de la Fuerza y del Acondicionamiento Físico. Ed. PANAMERICANA
- Diapositivas utilizadas por los profesores en las exposiciones.
- *Acceso a los simulacros de examen NSCA-CPT online vía Moodle.*
- *NO se incluye formación en Primeros Auxilios (RCP/DEA). El candidato deberá acreditar esta formación para poder obtener la certificación CSCS, teniendo un plazo de un año natural desde la realización del curso.*

Curso oficial + examen + simulacros CSCS:

11.500 MXN

(La inscripción al Curso oficial incluye todos los gastos de gestión de registros, logística, administración del examen de certificación CSCS, envío de notificaciones y gestión de diplomas).



Gestión de inscripciones

El alumno interesado en participar en el curso oficial de preparación al examen CSCS deberá enviar antes del día 5 de julio un email a info@nscaspain.com indicando los siguientes datos:

- Nombre
- Apellidos
- Teléfono de contacto

NSCA Spain le contestará en un plazo inferior a 2 días sobre la aceptación de su inscripción e instrucciones para formalizar la matrícula y pago del curso.

Formas de pago del Curso oficial de preparación CSCS

El pago del Curso oficial de preparación CSCS se realizará exclusivamente mediante transferencia bancaria y en único pago entre el 6 y el 12 de julio.

En caso de no cubrir el número de plazas, la organización cancelará el curso y propondrá nuevas fechas para su realización.



Información de exámenes CSCS

Los exámenes CSCS se realizarán en formato de ordenador, durante todo el año y en los centros de exámenes Pearson VUE ubicados en todo el mundo.

Tras finalizar el Curso oficial de preparación NSCA activará su inscripción al examen y en un plazo de 14 días laborables recibirá la “Autorización de examen de Pearson VUE”. Este aviso de confirmación contendrá las instrucciones para programar la cita de su examen. El candidato dispondrá de 120 días una vez reciba la autorización para gestionar su fecha de examen y realizarlo.

El candidato programará su cita personalmente en el examen con Pearson VUE a través de www.pearsonvue.com/nsca pudiendo elegir el Centro Pearson VUE más cercano a su lugar de residencia y la fecha del examen.

Consulte su centro Pearson VUE más cercano en el siguiente enlace:

<https://www1.pearsonvue.com/testtaker/registration/SelectTestCenterProximity/NSCA/1335559>

Requisitos de admisión al examen CSCS

Los requisitos para poder realizar el examen CSCS son:

- Título de Grado o Licenciatura universitaria
- Certificación vigente RCP/DEA

Certificaciones admisibles de RCP/DEA

La certificación de RCP/DEA garantiza que los profesionales pueden reconocer las emergencias cardiopulmonares en adultos y responder ante ellas, incluyendo la aplicación de una RCP y el uso de desfibriladores automáticos externos (DEA). Las certificaciones admisibles de RCP/DEA deben incluir una evaluación del rendimiento de las habilidades prácticas.

La formación en RCP/DEA no está incluida en el Curso de preparación del examen CSCS, por lo que el candidato al examen deberá obtener dicha certificación y presentarla por email antes del 31 de diciembre de 2017.

Documentación de admisión

Los candidatos disponen de un (1) año para enviar la documentación que acredite que cumplen todos los criterios de admisión. Los resultados del examen se invalidarán si la documentación de admisión válida no se recibe en el plazo de un (1) año a partir de la fecha del examen.



Toda la documentación debe enviarse por correo electrónico a exámenes@nscaspain.com.

Ubicaciones de los centros de examen

Los centros de exámenes Pearson VUE se ubican en cientos de países. Consulte su centro Pearson VUE más cercano en el siguiente enlace:

<https://www1.pearsonvue.com/testtaker/registration/SelectTestCenterProximity/NSCA/1335559>

Periodo de autorización para la realización del examen

Los candidatos, una vez finalizado el Curso oficial de preparación, recibirán una notificación de inscripción al examen CSCS, disponiendo de 120 días desde la fecha de inscripción para realizar el examen, pudiendo cambiar cuantas veces quiera dentro de ese periodo su fecha de examen. Si no pudiera realizar el examen en ese plazo deberá solicitar una ampliación de 120 días y abonar una penalización de 100 euros. Dicha penalización no será reembolsable.

Modificaciones en la información de contacto

Nombre

Los candidatos deben ponerse en contacto con la NSCA Spain si modifican su nombre. La NSCA puede solicitar documentación que acredite esto. Recuerde que el nombre que ha utilizado para inscribirse en un examen debe coincidir con el nombre de la identificación válida que presente en el centro de evaluación.

Dirección

La dirección que se facilite en la inscripción de un candidato se utilizará para enviar los certificados. Si los candidatos cambian de dirección, deben actualizar la dirección desde su cuenta NSCA Spain en www.nscaspain.com o comunicarlo por email a exámenes@nscaspain.com lo antes posible.

Cancelar y volver a programar citas para el examen

Los candidatos pueden cancelar y/o volver a programar las citas para el examen dentro del plazo de autorización de 120 días sin coste alguno. No obstante, las citas deberán cancelarse o volver a programarse al menos dos (2) días laborables (48 horas) antes de la cita. Los candidatos pueden solicitar una ampliación de su autorización para el examen por un plazo adicional de 120 días. La ampliación deberá solicitarse dentro del plazo de autorización inicial de 100 días. La tasa de ampliación es de 100 € y no es reembolsable.



Una vez abonadas las tasas de examen CSCS, en caso de que el alumno no desee realizar el examen no se devolverá el importe abonado, perdiendo así sus derechos de examen.