

Curso oficial de preparación al examen de entrenador personal NSCA-CPT[®]



***Presencial en Madrid
1 y 2 de octubre de 2022***





Curso oficial de preparación para el examen NSCA – Certified Personal Trainer

Fecha Curso oficial virtual/presencial:	1 y 2 de octubre de 2022
Ubicación:	Universidad Alfonso X El Sabio Avenida Universidad, 1 28691 Villanueva de la Cañada (Madrid) Ubicación https://www.uax.es/conoce-la-uax/campus-centros-uax/como-llegar.html
Sesión de consulta online	28 de octubre de 2022 (1h)
Inscripción al examen NSCA-CPT	A partir del 28 de octubre de 2022 (a la recepción de la autorización, el candidato dispondrá de 120 días para examinarse en cualquier Centro Pearson VUE autorizado)

¿Qué es ser Entrenador Certificado por NSCA (NSCA-CPT)?

Un Entrenador Personal certificado por NSCA (NSCA-Certified Personal Trainer), es un profesional del ámbito de la salud que, utilizando una metodología individualizada, asesora, motiva, educa y entrena a clientes sobre sus necesidades de ejercicio físico, con el objetivo de mejorar la salud y la condición física. Para ello, diseña programas de entrenamientos efectivos y saludables, proporciona orientación para que cada cliente alcance sus metas de entrenamiento y responde apropiadamente en situaciones de emergencia. Reconociendo su propia área de actuación, un entrenador personal recomendará al cliente acudir a otro profesional de la salud cuando sea apropiado.



¿En qué consiste el Curso oficial de preparación para la certificación NSCA-CPT?

El **Curso oficial de preparación del examen de certificación NSCA-CPT ofrece una combinación de sesiones teórico-prácticas tanto en aula como en sala de entrenamiento**. Este curso está diseñado para ayudar al candidato a la certificación a comprender los contenidos que se incluyen en el examen NSCA-CPT®, dando la oportunidad de interactuar (tanto presencialmente como online) con expertos del sector del entrenamiento y el acondicionamiento físico.

En las **14 horas teórico-prácticas presenciales u online**, se repasan los bloques más importantes que componen el libro de preparación (Manual NSCA: Fundamentos del entrenamiento personal. Editorial Paidotribo. 2014), tanto en aula como **laboratorios de fisiología/biomecánica o en sala de entrenamiento**, etc., tratando conceptos biomecánicos, adaptaciones al entrenamiento, valoración y evaluación del cliente y técnica de los ejercicios de fuerza, haciendo hincapié en aquellos conceptos e ideas que más suelen aparecer en los exámenes de certificación NSCA.

La asistencia será opcional debido que a la vez se realizará una transmisión en directo, posteriormente se quedará grabada. Dicha opción será idónea para aquellas personas que no puedan trasladarse o por otras razones quieran seguir la formación desde otra ubicación.

También se dará acceso durante **6 meses** a los contenidos del **Curso de preparación al examen NSCA-CPT en formato online** mediante la plataforma de cursos de NSCA Spain (desde el momento de la inscripción). Esta formación está impartida por nuestros doctores especialistas en la materia como David García, Azael Herrero, Iván Chulvi y Juan Martín, y el candidato podrá revisar los videos grabados tantas veces como necesite. El curso online tiene una **duración de más de 20 horas de grabaciones y contenidos** e incluyen documentos de cada bloque temático y un cuestionario de evaluación para que el estudiante pueda comprobar todo lo aprendido en la sesión.

¿A quién está dirigido este curso?

Licenciado y/o grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Grado en Educación con Mención en Educación Física, Fisioterapia y Medicina con especialización en Medicina deportiva y otros profesionales que quieran desarrollar sus conocimientos en el ámbito del entrenamiento personal con el objetivo de mejorar la salud de los clientes que acuden a una sala de entrenamiento.



IMPORTANTE: Formato del curso

Este formato incluye **el curso online (acceso a más de 20 horas de video)** sobre los módulos más importantes que componen el Manual de estudio: Manual NSCA Fundamentos del Entrenamiento Personal (Editorial Paidotribo) y que servirán de apoyo al estudiante para preparar su examen.

Es imprescindible que el candidato visualice previamente estos videos antes de asistencia presencial o en directo al curso, realizando un trabajo autónomo por su parte para preparar el examen de certificación NSCA.

Este curso online incluye las presentaciones elaboradas por los profesores de cada uno de los módulos. El candidato podrá descargar dicho material en un dispositivo portátil (portátil, Tablet, etc.) y/o imprimir según su criterio, para completarlo con las explicaciones del profesor durante el curso presencial.

Además, dispondrá de un cuestionario de evaluación de cada módulo, que se recomienda realizar una vez el candidato esté preparado para examinarse oficialmente.

Una vez inscrito, en el apartado "Mis cursos" en su perfil de NSCA.es aparecerá:

- **Curso online (disponible durante 6 meses desde la inscripción)**
- **Simulacro de examen NSCA-CPT**
- **Grabaciones de la emisión del curso una vez finalizado.**

El alumno que haya comprado la opción completa (con manuales) recibirá en unas 3-4 días un *welcome pack* en la dirección facilitada con:

- Libro oficial: **Manual NSCA Fundamentos del entrenamiento personal de la Editorial Paidotribo.**
- Libro - **Manual de la técnica de los ejercicios para el entrenamiento de fuerza de Ediciones Tutor.**
- **Material** suministrado por nuestros **patrocinadores.**
- **Publicaciones NSCA.**



Requisitos para obtener la certificación NSCA-CPT®

Actualmente no se requiere una titulación oficial para obtener la certificación, pero dada la dificultad del examen se recomienda que el candidato tenga unos conocimientos mínimos en conceptos biomecánicos, anatomía, fisiología del ejercicio, adaptaciones del entrenamiento, diseño de programas, entrenamiento de poblaciones especiales etc.

Los requisitos para poder obtener la certificación NSCA-CPT® son:

- **Tener 18 años o más y título de Educación Secundaria o equivalente.** Para poder registrarse en el examen NSCA-CPT®, el candidato debe tener al menos 18 años y estar en posesión del graduado escolar o equivalente.
- **Certificación vigente en RCP/DEA.** Es requisito obligatorio certificar conocimientos en reanimación cardiopulmonar (RCP) y en desfibrilación automática externa (DEA), tras aprobar el examen para obtener la certificación NSCA-CPT®. Se programará una formación opcional de RCP/DEA no incluida en del precio de este curso para aquellos que lo necesiten.

NSCA únicamente aceptará certificaciones en RCP/DEA de formaciones que cumplan los siguientes criterios:

- Formación presencial teórico/práctica de contenidos de Soporte Vital Básico y manejo de Desfibriladores.
- Evaluación final de habilidades y competencias en RCP/DEA.
- Certificación RCP/DEA en vigor.

Puedes ver información y reglamento de la certificación en detalle en la [Guía de certificación NSCA](#)

El candidato a examen dispondrá de un periodo máximo de 1 año desde la realización del examen NSCA-CPT® para presentar la documentación válida exigida en los requisitos de admisión al examen. Después de esa fecha, el examen se considerará **NULO** y el candidato deberá volver a inscribirse en el examen, pagando las tasas correspondientes de **RETAKE**.

Toda la documentación exigida debe subirse al perfil de usuario de www.nscaspain.com



Certificación obtenida

Una vez de aprobado el examen de certificación NSCA-CPT®, y tras cumplir con ***todos los requisitos exigidos, el candidato recibirá un certificado digital expedido por la entidad National Strength and Conditioning Association (NSCA) de los Estados Unidos que le acredita como entrenador personal certificado hasta el 31 de diciembre de 2023***

Para conservar dicha certificación más allá del 31 de diciembre de 2023 deberá renovarse en el periodo indicado por la entidad y que aparece señalado en el certificado como fecha de expiración ([Ver proceso de Recertificación](#)).



Contenido y horario provisional¹:

Sábado, 1 de octubre de 2022

9.00 a 9.30 h	Registro / Presentación del curso
9.30 a 14.00 h	Entrevista, evaluación inicial y valoración funcional del cliente
14.00 a 15.00 h	Descanso (Disponible cafetería de la UAX)
15.00 a 20.00 h	Estudio de casos y repaso de contenidos de examen

Domingo, 2 de octubre de 2022

8.00 h a 14.00 h	Formación RCP-DEA (opcional, no incluida en el curso)
15.00 a 20.00 h	Técnica de los ejercicios de entrenamiento de fuerza en sala de entrenamiento
20.00 h	Clausura del curso

¹ La distribución de las horas y contenidos puede sufrir cambios respecto a lo presentado en este documento



Todos los Cursos oficiales de preparación para el examen NSCA-CPT están impartidos por Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, certificados por NSCA y en su mayoría Doctores que imparten docencia en diferentes universidades españolas.

La inscripción completa al Curso oficial (si no se ha utilizado cupón descuento de material en la misma) incluye:

- Asistencia al **Curso oficial monográfico de preparación para el examen**, el alumno elegirá si quiere asistir presencialmente o seguir la emisión en directo, la duración será de **14 horas** teórico-prácticas. Las sesiones se quedarán grabadas para su posterior visualización.
- Acceso durante 6 meses al **Curso de preparación NSCA-CPT en formato online** (plataforma de cursos NSCA Spain) con las ponencias grabadas de los módulos más importantes para la preparación al examen – Duración: 20 horas. Con acceso a los documentos utilizados por los profesores en las exposiciones y preguntas de autoevaluación al final de cada bloque,
- Acceso al **simulacro de examen NSCA-CPT online** (solo se podrá realizar una vez).
- **Matriculación para la realización del examen NSCA-CPT** con un plazo de autorización de 120 días desde la finalización del curso presencial (**para una única convocatoria**).
- Sesión de **consulta en formato online** para resolución de dudas de contenidos y reglamento del examen.
- **Libro Malek, Moh H., Coburn, Jared W. Manual NSCA. Fundamentos del entrenamiento personal. Editorial Paidotribo. 2014** – Enviado por correo ordinario en las siguientes 48-72 horas tras la recepción del pago. Solo envíos a España.
- **Manual de la Técnica de los ejercicios de entrenamiento para el entrenamiento de fuerza. Ediciones Tutor.** Solo envíos a España.



No incluye en el precio de este curso la formación RCP-DEA, por lo tanto, la inscripción será opcional para aquellos que lo necesiten.

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Para los asistentes que acudan presencialmente, se recomienda:

- Asistir con ropa cómoda / de deporte
- Llevar ordenador portátil (con paquete office) para trabajar con distintos archivos y documentos que enviará el profesor.

El curso de preparación en formato presencial puede ser cancelado si no se consigue el mínimo número de participantes 15 días antes del inicio del curso. Si se produjera la cancelación, los participantes registrados podrán optar por otra modalidad de preparación más un reembolso de la diferencia o la devolución total correspondiente al importe abonado por el curso presencial.

Para cancelaciones por parte del alumno, revise la **Política de cancelación – Términos y condiciones**.

La inscripción en este curso implicará la aceptación del reglamento detallado en la [Guía de certificación NSCA](#)

Finalizado el curso de preparación al examen NSCA-CPT, se gestionará la inscripción al examen por lo que una vez que NSCA autorice la inscripción de los candidatos, el alumno recibirá desde PearsonVUEConfirmation@pearson.com la autorización con sus datos personales para poder agendar la cita de examen, dispondrá de 120 días para realizarlo en cualquier centro [Pearson VUE autorizado](#).

Para cualquier duda sobre el proceso, contactar con exámenes@nscaspain.com