



Técnico Superior en  
**Acondicionamiento Físico**



# Técnico Superior en Acondicionamiento Físico

## Índice

- Carta Presentación
- Objetivos
- Por qué UNIR recomienda este programa
- Requisitos
- Datos Clave
- Programa
- Metodología
- Prácticas en empresas
- Sigue estudiando en UNIR
- ¿Por qué elegirnos?
- Un nuevo concepto de universidad

# Carta de Presentación

El Grado Superior de Formación Profesional en **Acondicionamiento físico** es un ciclo formativo cada vez más demandado dentro del mercado laboral. Actualmente hay una gran necesidad de técnicos deportivos convenientemente preparados, que dispongan tanto de los conocimientos como de la experiencia práctica necesaria. La Formación Profesional te ofrece la posibilidad de adquirir ambos requisitos.

Además, con este ciclo tendrás acceso a la **especialidad en Nutrición deportiva** que ayudará a completar un perfil profesional más competitivo y atractivo para el mercado laboral. Conociendo cómo favorecer el aprendizaje de los alumnos, desde el enfoque globalizador y potenciando sus habilidades sociales, estarás mejor preparado como futuro profesional educativo.

¿Quieres estar al día sobre los últimos avances en el mundo del acondicionamiento físico?

¿Te gustaría saber cómo ayudar al desarrollo de las capacidades físicas y deportivas de los clientes/usuarios?

¿Deseas especializarte en un perfil imprescindible dentro del mundo del fitness y la salud?

El sector del acondicionamiento físico y deportivo posee una amplia diversidad de salidas laborales. Puedes trabajar en el ámbito público o privado, en gimnasios, empresas de servicios deportivos, patronatos o entidades municipales, clubes y asociaciones deportivas o sociales, empresas turísticas como hoteles, campings y balnearios, grandes empresas con servicios deportivos, centros geriátricos o sociales, federaciones deportivas u organismos públicos como diputaciones y direcciones generales de deporte.

Entre los puestos más demandados que requieren esta titulación destacan los siguientes:

- Entrenador / entrenadora de acondicionamiento físico en las salas de entrenamiento polivalente de gimnasios o polideportivos y en instalaciones acuáticas.
- Entrenador / entrenadora de acondicionamiento físico para grupos con soporte musical en gimnasios, instalaciones acuáticas o en polideportivos.
- Entrenador / entrenadora personal.
- Instructor instructora de grupos de hidrocinesia y cuidado corporal.
- Promotor / promotora de actividades de acondicionamiento físico.
- Animador / animadora de actividades de acondicionamiento físico.
- Coordinador / coordinadora de actividades de acondicionamiento físico y de hidrocinesia.
- Monitor / monitora de aeróbic, de step, de ciclo indoor, de fitness acuático y actividades afines.
- Instructor / instructora de las actividades de acondicionamiento físico para colectivos especiales.

# Objetivos

Entre otros, se exponen algunos de los objetivos que persigue este Ciclo Formativo:

- Gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico, organizando los recursos y las acciones necesarias para la promoción, desarrollo y supervisión de los mismos.
- Programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en medio acuático, en función de las personas participantes, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando los sistemas de entrenamiento más apropiados.
- Programar el acondicionamiento físico con soporte musical, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología de actividades coreografiadas más apropiada.
- Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones
- Coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y programas de acondicionamiento físico, organizándolos en función de las actividades.

# ¿Por qué UNIR recomienda este programa?

En el Ciclo Formativo de Grado Superior en Acondicionamiento físico aprenderás a:

- Evaluar la condición física del usuario.
- Diseñar programas de entrenamiento.
- Dirigir y dinamizar actividades.
- Gestionar programas y eventos.
- Aplicar primeros auxilios.
- Motivar, asesorar y fomentar hábitos saludables.

# Una propuesta innovadora con 5 valores diferentes

**Perfil de los profesores:** formado por profesionales con dilatada experiencia profesional y una amplia experiencia en formación.

**Con especialidad en Nutrición deportiva:** lo que completará tu perfil profesional y te proporcionará conocimientos y herramientas para potenciar el máximo potencial de los clientes/usuarios.

**Empleabilidad:** durante tu Ciclo Formativo en Acondicionamiento físico realizarás 500 horas de prácticas en las mejores empresas. El 85% de nuestros alumnos se queda trabajando en la empresa donde hizo sus prácticas.

**Acceso Universidad Fast track UNIR:** convalidaciones de créditos ECTS para poder continuar tu formación en UNIR.

**Herramientas más demandadas:** trabajamos con las herramientas metodológicas más demandadas en el sector del acondicionamiento físico y el fitness.

## Datos Clave

**DURACIÓN - 2 AÑOS ACADÉMICOS**

**DOCENCIA 100% ONLINE**

**CLASES PRESENCIALES VIRTUALES**

Donde podrás interactuar con el profesor y resto de alumnos. Y, si no puedes asistir en directo, puedes verlas en diferido siempre que quieras.

- Claustro especializado formado por profesionales en activo.
- Conocimientos aplicables desde el primer módulo.
- Tutor Personal.

## Dirigido a

El Ciclo Formativo de Grado Superior en Acondicionamiento físico va dirigido a todas aquellas personas que quieran trabajar con personas que busquen mejorar su salud y condición física, a nivel individual o grupal, fomentando la motivación y dando respuesta a sus necesidades. La titulación TSAF está dirigida a cualquier persona que participe en programas de ejercicio para mejorar su salud, condición física o bienestar, independientemente de su edad o nivel, y que acuda a espacios como gimnasios, piscinas, actividades dirigidas o centros de fitness.

Su enfoque es amplio, inclusivo y adaptable, tal como exige el propio perfil profesional del título y tus documentos de programa.



## Requisitos de Acceso

Para matricularte en el ciclo formativo de Grado Superior, debes tener más de 18 años o cumplirlos durante el año natural del comienzo del ciclo.

Además, tienes que cumplir al menos uno de los siguientes requisitos académicos:

### **Tener alguno de los siguientes títulos:**

- Bachiller
- Bachiller LOGSE
- BUP
- Técnico Superior de Formación Profesional o grado universitario o equivalente
- Técnico Especialista, Técnico Superior o equivalente a efectos académicos
- Técnico de Grado Medio de Formación Profesional o el título de Técnico o Técnica de Artes Plásticas y Diseño

### **Haber superado:**

- Una oferta formativa de Grado C incluida en el ciclo formativo (pendiente de regulación normativa: a fecha de hoy no es posible esta vía de acceso)
- Un curso de formación específico preparatorio y gratuito para el acceso a ciclos de grado superior en centros expresamente autorizados por la Administración educativa
- Una prueba de acceso
- 2º curso de cualquier modalidad de Bachillerato Experimental
- COU o preuniversitario

# Programa

## CURSO 1

- Valoración de la condición física e intervención en accidentes (260 horas)\*
- Habilidades sociales (75 horas)\*
- Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical (145 horas)\*
- Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical (200 horas)\*
- Acondicionamiento físico en el agua (195 horas)\*
- Itinerario personal para la empleabilidad I (100 horas)\*

## CURSO 2

- Habilidades comunicativas en lengua extranjera profesional (inglés) (50 horas)\*
- Técnicas de hidrocinesia (200 horas)\*
- Control postural, bienestar y mantenimiento funcional (210 horas)\*
- Itinerario personal para la empleabilidad II (70 horas)\*
- Inglés profesional (GS) (50 horas)
- Digitalización aplicada a los sectores productivos (30 horas)
- Sostenibilidad aplicada al sistema productivo (30 horas)
- Proyecto intermodular de acondicionamiento físico (50 horas)
- Prácticas en empresas
- Nutrición deportiva (90 horas)

---

\* Módulos susceptibles de matrícula en oferta modular. El índice de contenidos puede sufrir modificaciones.



## Masterclass

Experiencias en directo con profesionales en activo que comparten su conocimiento sobre el sector y las competencias más demandadas. Un extra al plan de estudios para seguir aprendiendo:

- Nuevas formas de fitness.
- Actividades de yoga, pilates, animal flow.
- Distintos protocolos en nutrición deportiva.

## Metodología

Este Ciclo formativo de Grado Superior está diseñado para que los alumnos pongan en práctica todo lo aprendido a medida que van avanzando con el temario:

- **A distancia y flexible:** clases en directo que quedan grabadas, acceso desde cualquier dispositivo, exámenes trimestrales presenciales en Madrid.
- **Evaluación continua:** rutina, entrenamiento y constancia. Actividades de desarrollo y grupales. Test y exámenes teórico-prácticos.
- **Acompañamiento:** tutor académico para resolver dudas desde el primer día.
- **Uso de las herramientas más demandadas:** trabajamos con las aplicaciones de desarrollo que más utilizan las empresas.

## Sistema de evaluación

Para obtener la titulación el alumno deberá:

- Realizar y superar la evaluación continua de cada uno de los módulos profesionales: actividades de desarrollo, grupales, test de evaluación y participación en foros.
- Realizar y superar los exámenes presenciales de cada uno de los módulos profesionales.
- Superar la Fase de Formación en Empresas y el módulo de proyecto.

## Prácticas en empresa

Para completar tu formación como Técnico Superior en Acondicionamiento Físico, tendrás 500 horas de prácticas en empresas. UNIR FP forma parte de Proeduca Universidades, lo que te permite acceder a los convenios de prácticas del grupo y abrir las puertas a realizar tus prácticas en empresas líderes como:

The logo for Accenture, featuring the word "accenture" in a bold, black, sans-serif font with a small purple chevron above the 't'.The logo for ALTE N, consisting of a square icon with a red triangle, a yellow triangle, and a black triangle, followed by the word "ALTE N" in a bold, black, sans-serif font.The logo for ASSECO SPAIN, featuring the word "ASSECO" in a bold, black, sans-serif font with "SPAIN" in a smaller, blue, sans-serif font below it.The logo for Capgemini, featuring the word "Capgemini" in a blue, cursive font with a blue and white circular icon to the right.The logo for EMERGIA, featuring a stylized red and white 'E' icon followed by the word "EMERGIA" in a bold, black, sans-serif font.The logo for gabitel ingenieros, featuring the word "gabitel" in a blue, sans-serif font with "ingenieros" in a smaller, black, sans-serif font below it, and a blue and green circular icon to the right.The logo for gmV INNOVATING SOLUTIONS, featuring the word "gmV" in a red, cursive font with "INNOVATING SOLUTIONS" in a smaller, black, sans-serif font below it.The logo for acens Part of Telefónica Tech, featuring the word "acens" in a green, sans-serif font with "Part of Telefónica Tech" in a smaller, black, sans-serif font below it.The logo for NEORIS, featuring the word "NEORIS" in a bold, black, sans-serif font.The logo for VASS, featuring the word "VASS" in a blue, sans-serif font.The logo for NATEEVO, featuring the word "NATEEVO" in a bold, black, sans-serif font.The logo for omega cm, featuring the word "omega" in a red, sans-serif font with "cm" in a smaller, black, sans-serif font to the right.The logo for imascono, featuring a red circular icon with a white geometric shape inside, followed by the word "imascono" in a red, sans-serif font.The logo for Telefónica, featuring a blue circular icon with four dots, followed by the word "Telefónica" in a blue, sans-serif font.The logo for unir LA UNIVERSIDAD EN INTERNET, featuring the word "unir" in a bold, black, sans-serif font with "LA UNIVERSIDAD EN INTERNET" in a smaller, black, sans-serif font to the right.

El 88% de nuestros alumnos se queda trabajando en la empresa en la que ha hecho sus prácticas.



### FLEXTIME

Nos adaptamos a tu disponibilidad horaria permitiéndote acceder y participar en directo a las sesiones online, a los foros de discusión, así como a los materiales complementarios. Sin barreras geográficas, en cualquier momento y en cualquier lugar.



### CLAUSTRO ESPECIALIZADO

Todos nuestros ponentes son profesionales de empresas líderes, que imparten sus sesiones en base a su propia experiencia, lo que aporta una visión real del mercado.



### LEARNING BY DOING

Aplicarás todos los conocimientos gracias al aprendizaje adquirido en sesiones prácticas. Trabajarás en grupos dirigidos por especialistas, donde podrás fomentar el Networking e intercambiar experiencias.



### SESIONES ONLINE EN DIRECTO

Podrás seguir e intervenir en las sesiones estés donde estés, sin necesidad de desplazamientos. Y si por algún motivo no pudieras asistir, podrás ver el material grabado en cualquier momento.



### MENTORING CONSTANTE Y PERSONALIZADO

Desde el primer día se te asignará un tutor que te acompañará y apoyará en todo momento, resolviendo todas las dudas que te puedan surgir y tratando de potenciar tus habilidades para tu desarrollo.


## Por qué elegirnos

Porque ponemos a tu disposición todo lo que necesitas para mejorar tu carrera profesional, **sin necesidad de desplazarte**, tan solo requieres de conexión a internet y un dispositivo (PC, Tablet o incluso un Móvil) para seguir el programa.

Porque con nuestro modelo pedagógico, pionero en el mercado, participarás en **clases online en directo impartidas por los mejores profesionales** de cualquier parte del mundo. Además, podrás

verlas en **cualquier momento y desde cualquier lugar**, ideal para compatibilizarlo con tu agenda personal y profesional.

Porque fomentamos el **NETWORKING**, clave en tu desarrollo profesional, poniéndote en contacto con ponentes y participantes de alto nivel, con los que compartirás trabajo y experiencias a través de la plataforma.



# Un nuevo concepto de Universidad online

La Universidad Internacional de La Rioja, universidad con docencia 100% online, se ha consolidado como solución educativa adaptada a los nuevos tiempos y a la sociedad actual.

El **innovador modelo pedagógico de UNIR** ha conseguido crear un nuevo concepto de universidad en el que se integran aspectos tecnológicos de última generación al servicio de una enseñanza cercana y de calidad.

La **metodología 100% online** permite a los alumnos estudiar estén donde estén, interactuando, relacionándose y compartiendo experiencias con sus compañeros y profesores. Actualmente UNIR cuenta con:

- Más de **41.000 alumnos**.
- Más de **10.000 alumnos internacionales**.
- Presencia en **90 países de los 5 continentes**.
- Más de **130 títulos de Grado y Postgrado**.
- Más de **4.000 convenios de colaboración** firmados para dar cobertura de prácticas a nuestros estudiantes.
- Además UNIR es una **universidad responsable con la cultura, la economía y la sociedad**. Este compromiso se materializa a través de la Fundación UNIR.

**unir** FORMACIÓN  
PROFESIONAL

GRUPO

**PROEDUCA**



**Comunidad  
de Madrid**



**DELEGACIÓN MADRID I**

UNIR Formación Profesional  
C/ Bruno Abundez 48, Madrid  
Código Centro Oficial:  
28077518

**DELEGACIÓN MADRID II**

UNIR Formación Profesional II  
C/ Valdesquí 16, Madrid  
Código Centro Oficial:  
28081182

[unirfp.unir.net](http://unirfp.unir.net) | +34 919 100 858

