

CONTIGO ES POSIBLE

CONMIGO ES POSIBLE



Aerobic Studio Formación
Formación Independiente de Calidad
Nº Registro Nacional: 587069

www.aerobicstudio.es

INFÓRMATE EN LOS TELÉFONOS

91 856 94 30 y 633 913 891

www.fitnessdecombate.com



AEROBICSTUDIO

“Aerobic Studio se basa en una idea **DEMOCRÁTICA**: que todo el mundo puede a **PERMITIRSE** una formación de calidad a un buen precio”

contenidos FitBOX

En primer lugar agradecerte la confianza depositada en mi escuela de formación, Aerobic Studio y en mi perfil profesional como formador, espero poder cumplir con todos tus objetivos y que puedas rentabilizar la formación lo antes posible.

A continuación te detallo los contenidos que vamos a ver durante la formación de FitBOX tanto en modalidad de **GRUPO** como **ONE TO ONE**:

_MÚSICA: La música será esencial para el buen funcionamiento de la clase de fitness de combate, conociendo sus estructuras podremos trabajar junto a la metodología y los tiempos para el mayor aprendizaje de nuestros alumnos.

_MOVIMIENTOS: La técnica de ejecución es importantísimo en esta modalidad de fitness dirigido. Técnica de base en el espejo para poder luego aplicarlo al saco.

_COMUNICACIÓN: Cada día creo más en este principio fundamental. Si lo sabes transmitir, todo el mundo te lo sabrá seguir, ¿como lo hacemos?, comprendiendo los 4 principios restantes.

_METODOLOGÍA: Las curvas de aprendizaje posibles en el fitness dirigido son el arma más importante para la correcta dirección de una clase. Descúbrelo por ti mismo.

_PRODUCTO FINAL: No es el objetivo, un concepto que es difícil de comprender por los Instructores de Fitness Dirigido. La coreografía es un medio para que tu clase no PARE de funcionar. Diferentes combinaciones contra el saco y diferentes adversarios imaginarios.

COMENZAMOS!!!

DATOS A TENER EN CUENTA:

- El curso es de BASE por lo que no es necesario tener conocimientos de fitness de combate.
- Los contenidos son 100% prácticos y te capacitarán para poder dirigir una clase de fitness de combate.
- La formación es dirigida íntegramente por mi, puedes conocer mi perfil profesional en www.cesarmillan.com
- Aerobic Studio Formación, marca registrada y entidad dada de alta en el Ministerio del Interior en calidad de Asociación Deportiva emite una CERTIFICACIÓN de igual valor que las demás escuelas de formación del sector.
- Todas las formaciones del sector del fitness son PRIVADAS ya que no es un deporte y al no existir Federación no es una titulación oficial.

Se le puede llamar de mil formas, pero la esencia es la misma, la fusión de las artes marciales y la música, eso es el fitness de combate.

Déjame que te muestre mis dos grandes pasiones, mis conocimientos sobre el KARATE y el mundo del fitness dirigido, una fusión donde encontrarás la sencillez hecha efectividad, la diversión hecha entrenamiento, una clase 100% cardiovascular donde las emociones fluyen para liberar el luchador que llevas dentro.

Te ofrezco una formación sencilla, con una base práctica total y como no, la experiencia de años de trabajo y conocimientos sobre las artes marciales y el fitness dirigido con soporte musical.

César Millán

