

## Manel Valcarce - Blog

<https://www.manelvalcarce.com/>

# Éxito en el Curso Multidisciplinar Fitness de RADsport en Son Servera

El curso de formación comenzó el pasado sábado 16 de noviembre en el Espai Club Centre de Fitness de Son Servera y ha sido impartido por el profesorado interno de RADsport

El curso de formación comenzó el pasado sábado 16 de noviembre en el Espai Club Centre de Fitness de Son Servera y ha sido impartido por el profesorado interno de RADsport

En la formación se han aplicado todos los contenidos esenciales para el sector del fitness, y más concretamente para la aplicación del día a día en una instalación deportiva como empleado, estos han sido los siguientes:

- CICLO INDOOR LEVEL I
- ACTIVIDADES ACUÁTICAS
- ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
- ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO
- CUANTIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO
- GESTIÓN COMERCIAL
- PROGRAMAS DE FITNESS
- EVALUACIÓN, PROGRAMACIÓN Y PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO
- NUEVAS TENDENCIAS EN ACTIVIDAD FÍSICA
- DINAMICA DE SALA FITNESS
- ADHERENCIA A PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA
- ESTRUCTURA CLASES DIRIGIDAS

**Link to Original article:** <https://www.manelvalcarce.com/blog/exito-en-el-curso-multidisciplinar-fitness-de-radsport-en-son-servera?elem=90564>