



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

PERSONAL FITNESS TRAINER
MODALIDAD ONLINE

MÓDULO I

ENTRENAMIENTO MENTAL Y EMOCIONAL

1RA CLASE

Martes 05/05/2026
06:00 pm – 08:00 pm

2DA CLASE

Jueves 07/05/2026
06:00 pm – 08:00 pm

MSc. Ana Bonilla

- Lcda. en Educación Mención Matemática y Física.
- MSc. En educación Mención Matemática.
- Especialista en Gerencia Educativa.
- Docente Emérita Facultad de Agronomía Universidad del Zulia.
- Shihan Reiki de la Escuela Gendai Reiki Ho.
- Miembro de Gendai Reiki Healing Association en Japón.
- Programación Neurolingüística /Psiconeuroinmunología.
- Formación Académica Coach con propósito.
- Coordinadora Académica de Nutrienfit.



MÓDULO II ANATOMÍA MUSCULAR

1RA CLASE

Martes 12/05/2026
06:00 pm – 08:00 pm

2DA CLASE

Jueves 14/05/2026
06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Martes 19/05/2026
06:00 pm – 07:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 21/05/2026
07:00 pm

Dr. Robert Alvarez

- Médico Cirujano.
- Especialista en Patología Anatómica.
- Docente Activo LUZ Facultad de Odontología.
- Coronel de los Bomberos.



MÓDULO II PRIMEROS AUXILIOS

1RA CLASE

Martes 26/05/2026
06:00 pm – 08:00 pm

2DA CLASE

Jueves 28/05/2026
06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Martes 02/06/2026
06:00 pm – 07:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 04/06/2026
07:00 pm

Dr. Robert Alvarez

- Médico Cirujano.
- Especialista en Patología Anatómica.
- Docente Activo LUZ Facultad de Odontología.
- Coronel de los Bomberos.



MÓDULO, III

BIOMECÁNICA DEL MOVIMIENTO HUMANO

1RA CLASE

Martes 09/06/2026
06:00 pm – 08:00 pm

2DA CLASE

Jueves 11/06/2026
06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Martes 16/06/2026
06:00 pm – 07:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 18/06/2026
07:00 pm

Ft. Hiran Ochoa

- Fisioterapeuta. Colegio de Rehabilitación MAY HAMILTON
- Profesor de la Universidad Arturo Michelena, Escuela de Fisioterapia
- Profesor de Practicas Clínicas de la Escuela de Fisioterapia 2010-2018
- Profesor del Diplomado de Fisioterapia Deportiva. Universidad de Carabobo - FUNDACELAC
- Certificación Internacional K-Taping Terapeuta Alemania



MÓDULO III

BIOMECÁNICA DE EJERCICIOS EN SALA DE MUSCULACIÓN

ENVIO DE VIDEOS

Martes 23/06/2026
06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Martes 25/06/2026
06:00 pm – 08:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 30/06/2026
07:00 pm

Lcdo. Manuel López

- Lcdo. Educación Física, Deporte y Recreación
- Máster en Entrenamiento y Nutrición Deportiva
- Estudios avanzados en Biomecánica
- Master Profesional Personal Trainer
World Institute of Sport Sciences (WISS)
- Diplomado en Anatomía Funcional
y Patrones de Movimiento



MÓDULO IV PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIOS PARA LA SALUD

1RA CLASE

Jueves 02/07/2026
06:00 pm – 08:00 pm

2DA CLASE

Martes 07/07/2026
06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Jueves 09/07/2026
06:00 pm – 07:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 14/07/2026
07:00 pm

MSc. Yimi Vera

- Lcdo. en Nutrición y Dietética
- Especialista en Fisiología del Entrenamiento
- Master en Medicina y Ciencia de la Actividad Física
- Personal Trainer. IPEF
(Instituto Panamericano de Educación Física)
- Profesor Emérito LUZ. Facultad de Medicina.
Escuela de Nutrición y Dietética
- Presidente de NUTRIENFIT



MÓDULO V

SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO EN SALA DE MUSCULACIÓN

ENVIO DE VIDEOS

Martes 16/07/2026

06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Martes 21/07/2026

06:00 pm – 08:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 23/07/2026

07:00 pm

Lcdo. Carlos Delgado

- Lcdo. en Educación Física y Recreación
- Master Profesional Personal Trainer del Instituto de la Ciencia del Deporte. EEUU
- Preparador de Atletas de alto nivel competitivo
- Docente de los Cursos de Entrenamiento – NUTRIENFIT
- Coordinador y Entrenador Personal del GYM Lago Club



MÓDULO VI

NUTRICIÓN DEPORTIVA

1RA CLASE

Jueves 28/07/2026
06:00 pm – 08:00 pm

2DA CLASE

Martes 30/07/2026
06:00 pm – 08:00 pm

PREGUNTAS

Jueves 04/08/2026
06:00 pm – 07:00 pm

EVALUACIÓN

Jueves 06/08/2026
07:00 pm

MSc. Yimi Vera

- Lcdo. en Nutrición y Dietética
- Especialista en Fisiología del Entrenamiento
- Master en Medicina y Ciencia de la Actividad Física
- Personal Trainer. IPEF
(Instituto Panamericano de Educación Física)
- Profesor Emérito LUZ. Facultad de Medicina.
Escuela de Nutrición y Dietética
- Presidente de NUTRIENFIT

