



FITCONCEPT  
**PRO**

# CERTIFICADO DE INSTRUCTOR

Belén Ramírez Santiago

---

## BODYJUMP INSTRUCTOR

Programa de fitness en mini-trampolín con soporte musical

10/08/2021

---

**FECHA**



*Ernesto Acosta*

---

**CEO FITCONCEPT PRO**

Este documento certifica que el instructor ha completado con éxito y aprovechamiento la formación de 8 horas teórico-prácticas y ha superado la evaluación correspondiente.

**EMPRESA FORMADORA: FITCONCEPT PRO S.L**

**TOTAL DE HORAS LECTIVAS: 8 HORAS**

**Contenido del curso:**

**- Introducción básica:**

Historia y Origen

¿Qué es BODYJUMP®?

**- ¿Qué nos aporta BODYJUMP®?**

Capacidades físicas a trabajar

Beneficios

BODYJUMP® y la tercera ley de Newton

**- El material utilizado:**

Estudio del mini-trampolín

**- Estudio de la sesión:**

Análisis de la estructura

Un entrenamiento equilibrado por fases

**- Aspectos técnicos:**

Análisis de los ejercicios.

El laboratorio BODYJUMP®

**- Los secretos de éxito:**

Los 5 secretos de éxito

Coaching

**- Poblaciones especiales:**

Poblaciones de riesgo

Adaptaciones

FITCONCEPT  
**PRO**

  
**FITCONCEPT PRO S.L**  
B - 01630748  
RONDA DEL PELIRON 1, P-2, OF-3  
11405 - JEREZ DE LA FRONTERA  
(CÁDIZ)

En ..... **Jerez** ..... a **10** de ..... **Agosto** ..... de 20**21** .....