



CONVOCA

A todos los entrenadores de Triatlón certificados en Nivel 2 a participar en el curso de:

Nivel 3
"Largas Distancias en el Triatlón"

Objetivo

Que el alumno desarrolle las competencias necesarias para la planificación de un macrociclo para el Triatlón de largas distancias, aplicando las bases de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo.

Avalado por:



Fase 1



Plataforma online

Actividades semanales para realizar a cualquier hora y desde cualquier parte del mundo.

Recursos pedagógicos y digitales: libros, tareas, test, foros, videos, gráficos en 2D y 3D, juegos, actividades interactivas y videoconferencias en vivo.



Duración

Inicia: 20 de mayo de 2024

Termina: 10 de octubre de 2024

Fase 2



Evaluación online

El alumno aplicará los conocimientos adquiridos realizando un trabajo final, que deberá sustentar y defender en su evaluación online.

Lugar y fecha

Noviembre y Diciembre de 2024

REQUISITOS PARA CERTIFICARSE

Fase 1. Cumplir con un mínimo del 90% de las actividades para tener derecho a la segunda fase.

Fase 2. Cumplir con el 100% de las actividades y tener calificación aprobatoria en la evaluación para poder certificarse.

Temario

- **Teoría y Metodología**
Planificación para largas distancias
Categorías y alto rendimiento
 - **Alimentación**
En el macrociclo
Antes, durante y después de competencia
 - **Ayudas ergogénicas**
Geles / Tipos de barras
 - **Tecnología aplicada al entrenamiento**
Relojes y gadgets
Plataforma de planificación
Simuladores
 - **Valoración funcional**
Test de valoración en campo
Test de valoración en laboratorio
- Todo dirigido a Largas distancias**

Requisitos de inscripción

- **Estar certificado en Nivel 2 de la Universidad del Triatlón.**
- **Pagar la cuota correspondiente.**
- **Realizar el proceso de inscripción descrito más adelante.**

Costos

Mexicanos

Entrenadores **afiliados 2024** a la FMTRI \$ 6,900.00 MN

Entrenadores no afiliados a la FMTRI \$ 7,900.00 MN

Extranjeros \$ 690 dólares.

Formas de pago

- **Depósito bancario**
- **Transferencia bancaria**

Federación Mexicana de Triatlón

Banco: Bancomer

Cuenta: 0447209991

Cuenta Clabe: 012180004472099919

- **Pago con tarjeta vía Paypal (aplican cargos por servicio)**

<http://www.triatlonmexico.com/universidad/inscripcion/>

Proceso de inscripción

Antes de pagar

Envía correo a universidad@triatlon.com.mx con tu nombre completo, año en que cursaste Nivel 2, y en caso de solicitar tu inscripción como entrenador afiliado agrega también tu número de afiliación a la FMTRI como entrenador 2024, para VoBo.

Una vez que tengas el VoBo, proceder a realizar el pago correspondiente.

opción 1

Pago con tarjeta vía Paypal (aplican cargos por servicio)

Realiza el proceso descrito en la liga

<http://www.triatlonmexico.com/universidad/inscripcion/> y recibirás tu correo de confirmación de registro con tu usuario y contraseña.

opción 2

Pago por depósito o transferencia

- Realizar el pago correspondiente.
- Enviar el comprobante de pago en archivo PNG, JPEG o PDF (no se aceptarán otros formatos) con tu nombre completo, Nivel de certificación al que te inscribes al correo: universidad@triatlon.com.mx
- Se te enviará un correo con instrucciones para realizar el pre-registro en la plataforma de la Universidad del Triatlón.
- En un lapso de 48 horas recibirás un correo de confirmación con tu usuario y contraseña.

RECUERDA QUE EL ACCESO AL CURSO SERÁ HASTA EL 15 DE ABRIL

Transitorios

Los aspectos no previstos en la presente convocatoria serán resueltos por la Federación Mexicana de Triatlón.

ATENTAMENTE

Jaime Cadaval Baeza
Presidente
Federación Mexicana de Triatlón

Edgar Rodríguez Torres
Director de Capacitación
Federación Mexicana de Triatlón