



MÁSTER FORMACIÓN PERMANENTE EN ENTRENAMIENTO PERSONAL (Ed. XIV). Curso 2025-26.

Instalaciones: Facultad de Ciencias del Deporte. Aula C.1.2. e instalaciones deportivas para los módulos prácticos (Sala de musculación, Pabellón Toño Santos o Pabellón B, que se concretan según necesidades de los docentes). Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (IMUDS). Aula docente, laboratorios e instalaciones deportivas.

Calendario y horario: Al calendario y horario que se presenta a continuación se deberán sumar las Sesiones de Evaluación de cada uno de los módulos del máster, así como las Sesiones de Exposición y Defensa de los TFM. Las sesiones de evaluación de los módulos no quedan determinadas inicialmente en calendario, dado que se requiere haber finalizados los contenidos completos del módulo y, a veces, por cuestiones de agenda de algunos de los docentes, se pueden retrasar. Estas sesiones se realizarán los viernes por la mañana (9-14 h.), antes de la docencia que corresponda a la sesión docente de dicho fin de semana.



Edición XIV. SESIÓN 1

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 1	10/10/2025	Viernes	Acto Inaugural XII Edición	Dr. Manuel Delgado D. Francisco Borja	16:00-18:00	Aula 1.2
			Descanso		18:00-18:30	
			Presentación, acceso y uso de la plataforma Moodle. Búsqueda de información científica	Dña. Maribel Carrión	18:30-21:00	
	11/10/2025	Sábado	Entrenamiento basado en la evidencia: entrevista y evaluación inicial	Dr. Manuel Delgado	09:00-11:00	Aula 1.2
			Descanso		11:00-11:30	
			Evaluación inicial del cliente: hábitos saludables y calidad de vida	Dr. Manuel Delgado	11:30-14:00	
			Descanso		14:00-16:00	
			Análisis y lectura crítica de las diferentes fuentes de información. Artículos científicos, libros, blog, etc.	D. Luis Gracia	16:00-21:00	



Edición XIV. SESIÓN 2

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación	
Sesión 2	17/10/2025	Viernes	Adaptaciones neurológicas al entrenamiento: beneficios en cerebro, respuesta afectiva	Dr. David Cárdenas Vélez	16:00-18:00	Aula 1.2	
			Cambios conductuales en nuestros clientes	Dr. Manuel Delgado Fernández	18:00-18:30 18:30-21:00	Aula 1.2	
	18/10/2025	Sábado	Cómo conseguir clientes y aumentar tus ingresos. Entrenamiento personal online	D. Agustín Nuño	09:00-11:00 11:00-11:30 11:30-14:00	Aula 1.2	
			Descanso			14:00-16:00	
			Cómo conseguir clientes y aumentar tus ingresos. Entrenamiento personal online	D. Agustín Nuño	16:00-18:00	Aula 1.2	
			Descanso			18:00-18:30	
			Procesos de captación en entrenamiento personal	D. Francisco Borja Rodríguez Calzado	18:30-21:00	Aula 1.2	



Edición XIV. SESIÓN 3

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación	
Sesión 3	24/10/2025	Viernes	Estructura, función y análisis. Pie y tobillo	D. Ignacio González Zas	16:00-18:00	Aula 1.2	
					18:00-18:30		
					18:30-21:00		
	25/10/2025	Sábado	Estructura, función y análisis. Rodilla	D. Ignacio González Zas	09:00-11:00	Aula 1.2	
					11:00-11:30		
					11:30-14:00		
			Descanso			14:00-16:00	
			Estructura, función y análisis. Hombro	D. Ignacio González Zas	16:00-18:00	Aula 1.2	
					Descanso		
Estructura, función y análisis. Hombro	D. Ignacio González Zas	18:30-21:00	Aula 1.2				



Edición XIV. SESIÓN 4

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 4	7/11/2025	Viernes	Estructura, función y análisis. Entrenamiento complejo coxolumbopélvico	Dña. Lucía Guerrero	15:00-17:30	Aula 1.2
					17:30-18:00	
					18:00-20:00	
	8/11/2025	Sábado	Dolor de espalda. Estructura, función y análisis del raquis.	D. Manuel García	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
Descanso				14:00-16:00		
		Dolor de espalda. Estructura, función y análisis del raquis.	D. Manuel García	16:00-18:00	Aula 1.2	
				18:00-18:30		
				18:30-21:00		



Edición XIV. SESIÓN 5

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación	
Sesión 5	14/11/2025	Viernes	La competencia comunicativa	Dra. Elisa Torre	16:00-18:00	Aula 1.2	
					18:00-18:30		
					18:30-21:00		
	15/11/2025	Sábado	Cambios conductuales en nuestros clientes	Dr. Manuel Delgado	09:00-11:00	Aula 1.2	
			TFM: Entrenamiento basado en la evidencia TFM: Diseño de objetivos	D. Fco Borja Rodríguez Dr. Manuel Delgado	11:00-11:30		
					11:30-14:00		
			Descanso				14:00-16:00
			Nuevas tendencias en la mejora de la amplitud de movimiento	D. Daniel Canseco	16:00-18:00		Aula 1.2 Sala de musculación
18:00-18:30							
18:30-21:00							



Edición XIV. SESIÓN 6

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 6	21/11/2025	Viernes	Tecnologías aplicadas al entrenamiento personal	Dr. Borja Sañudo	16:00-18:00	Aula 1.2
					18:00-18:30	Sala musculación
					18:30-21:00	
	22/11/2025	Sábado	El entrenamiento del movimiento. Aspectos conceptuales y aplicación práctica. Diseño de entornos para mejora entrenamiento	D. Raúl Gil	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	Pabellón B
					11:30-14:00	
			Descanso			14:00-16:00
	Biomecánica aplicada al entrenamiento personal	D. Adán Martín	16:00-18:00	Aula 1.2		
			18:00-18:30			
18:30-21:00						



Edición XIV. SESIÓN 7

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación	
Sesión 7	28/11/2025	Viernes	Movimientos Olímpicos	D. Rafael Tundidor	16:00-18:00	Sala de musculación	
					18:00-18:30		
					18:30-21:00		
	29/11/2025	Sábado	Habilidades multidireccionales	Dña. Raquel Hernández	09:00-11:00	Pabellón B	
					11:00-11:30		
					11:30-14:00		
			Descanso			14:00-16:00	
			Pliometría	Dña. Raquel Hernández	16:00-18:00	Pabellón B	
	18:00-18:30						
				18:30-21:00			



Edición XIV. SESIÓN 8

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 8	12/12/2025	Viernes	Bases Fisiológicas y conceptuales del Entrenamiento de la Resistencia, Bases fisiológicas del entrenamiento de resistencia I: Respuestas agudas.	Dr. Felipe García	16:00-18:00	Aula C.1.2.
					18:30-21:00	Aula C.1.2.
	13/12/2025	Sábado	El Entrenamiento Avanzado de la Resistencia en el Alto Rendimiento	Dr. Felipe García	09:00-11:00	Aula C.1.2. Pista atletismo o Laboratorio multidisciplinar (si llueve)
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
			Descanso			
El Entrenamiento Concurrente, El entrenamiento de alta intensidad	Dr. Felipe García	16:00-18:00	Aula C.1.2.			
		18:00-18:30				
		18:30-21:00				



Edición XIV. SESIÓN 9

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación		
Sesión 9	19/12/2025	Viernes	Entrenamiento de Fuerza en base a la velocidad. Perfil fuerza-velocidad	Dr. Amador García Ramos	16:00-18:00	Aula 1.2		
					18:00-18:30			
					18:30-21:00	Sala musculación		
	20/12/2025	Sábado	Patrones motores y ejercicios orientados a optimizar los procesos de aumento de tejido muscular.	D. Francisco Borja Calzado	09:00-11:00	Sala de musculación		
					Descanso		11:00-11:30	
					11:30-14:00	Sala de musculación		
					TFM: planificación TFM: resultados, discusión y conclusión	D. Fco Borja Rodríguez Dr. Manuel Delgado	16:00-18:00	Aula 1.2
	18:00-18:30							
18:30-21:00								



Edición XIV. SESIÓN 10

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 10	9/01/2026	Viernes	Bases fisiológicas para el entrenamiento con sobrepeso u obesidad y resistencia a la insulina e hipertensión	D. Guillermo Sánchez	16:00-18:00	Aula C.1.2. Laboratorio multidisciplinar
					18:00-18:30	
					18:30-21:00	
	10/01/2026	Sábado	Bases fisiológicas para el entrenamiento con sobrepeso u obesidad y resistencia a la insulina e hipertensión	D. Guillermo Sánchez	09:00-11:00	Aula C.1.2. Laboratorio multidisciplinar
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
			Descanso			
		El entrenamiento calisténico	D. Pablo Peribáñez	16:00-18:00	Sala de musculación Sala de lucha	
				18:00-18:30		
				18:30-21:00		



Edición XIV. SESIÓN 11

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 11	16/01/2026	Viernes	Powerlifting	D. Víctor Vázquez	16:00-18:00	Sala de musculación
					18:00-18:30	
					18:30-21:00	
	17/01/2026	Sábado	Entrenamiento de Fuerza avanzado	Dr. Jesús Rivilla	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	Sala musculación
					11:30-14:00	
			Descanso			
Entrenamiento de Fuerza avanzado: El entrenamiento en suspensión "DRS" (Dynamic Rotational Stability)			Dr. Jesús Rivilla	16:00-18:00	Aula 1.2	
				18:00-18:30	Sala musculación	
				18:30-21:00	Sala musculación	



Edición XIV. SESIÓN 12

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación		
Sesión 12	23/01/2026	Viernes	El entrenamiento individualizado en niños y adolescentes	Dr. Iván Chulvi	16:00-18:00	Aula 1.2		
			Descanso				18:00-18:30	
			El entrenamiento con electroestimulación	Dr. Iván Chulvi	18:30-21:00	Aula 1.2		
	24/01/2026	Sábado	Los niveles de aproximación al entrenamiento deportivo. Programación del entrenamiento a través de los niveles de aproximación.	D. Jesús Aceituno	09:00-11:00	Aula C.1.2.		
					11:00-11:30	Sala de musculación		
					11:30-14:00			
			Descanso				14:00-16:00	
			Diseño de programas avanzados de entrenamiento para la mejora de la fuerza en deportes de equipo	D. Jesús Aceituno	16:00-18:00	Aula C.1.2.		
					18:00-18:30	Sala de musculación		
					18:30-21:00			



Edición XIV. SESIÓN 13

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 13	30/01/2026	Viernes	El entrenamiento individualizado para la modificación de la composición corporal: aumento de la masa muscular y disminución del porcentaje graso. Diseño de programas avanzados de entrenamiento para la mejora de la composición corporal	D. Fco. Borja Rodríguez	16:00-18:00	Aula 1.2
					18:00-18:30	
					18:30-21:00	
	31/01/2026	Sábado	El entrenamiento individualizado para la modificación de la composición corporal: aumento de la masa muscular y disminución del porcentaje graso. Diseño de programas avanzados de entrenamiento para la mejora de la composición corporal	D. Fco. Borja Rodríguez	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
			Descanso			
Nutrición en los momentos peri entrenamiento Bases y evaluación nutricionales para cambios en composición corporal	Dr. Lucas Jurado	16:00-18:00	Aula 1.2			
		18:00-18:30				
		18:30-21:00				



Edición XIV. SESIÓN 14

-	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación		
Sesión 14	6/02/2026	Viernes	Análisis de los factores de riesgo relacionados con las lesiones físico-deportivas y diseño de programas de prevención de lesiones	Dr. Víctor Moreno	16:00-18:00	Aula 1.2		
			Descanso				18:00-18:30	
			Análisis de los factores de riesgo relacionados con las lesiones físico-deportivas y diseño de programas de prevención de lesiones	Dr. Víctor Moreno	18:30-21:00	Aula 1.2 Pabellón B (materiales)		
	7/02/2026	Sábado	El entrenamiento individualizado en personas mayores: fragilidad y diseño de programas	Dr. Patrocinio Ariza	09:00-11:15	Aula 1.2		
			Descanso				11:15-11:45	
			Entrenamiento en personal con EPOC y en enfermedades reumáticas	Dr. Javier Courel	11:45-14:00	Aula 1.2 Laboratorio Strength & Conditioning		
			Descanso				14:00-16:00	
			Entrenamiento en personal con EPOC y en enfermedades reumáticas	Dr. Javier Courel	16:00-18:00	Laboratorio Strength & Conditioning		
			Descanso				18:00-18:30	
			Entrenamiento COVID persistente	Dr. Javier Courel	18:30-21:00	Aula 1.2		



Edición XIV. SESIÓN 15

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 15	13/02/2026	Viernes	Alimentación y mujer, ciclo menstrual y embarazo.	Dña. Virginia Aparicio	16:00-18:00	Aula 1.2
					18:00-18:30	
					18:30-21:00	
	14/02/2026	Sábado	Consideraciones especiales en el entrenamiento con mujeres	Dña. Virginia Aparicio	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
			Descanso			14:00-16:00
Entrenamiento individualizado en embarazadas y postparto	Dña. Ana Fuentes	16:00-18:00	Aula 1.2			
		18:00-18:30				
		18:30-21:00	Sala de musculación			



Edición XIV. SESIÓN 16

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación		
Sesión 16	20/02/2026	Viernes	El entrenamiento individualizado en personas con cáncer y osteoporosis	Dr. Luis Gracia	16:00-18:00	Aula 1.2		
			Descanso				18:00-18:30	
			El entrenamiento individualizado en personas con cáncer	Cristina Maroto Margarita Torices	18:30-21:00	Aula 1.2 Sala musculación		
	21/02/2026	Sábado	Entrenamiento en personas con fibromialgia	Dr. Manuel Delgado	09:00-11:00	Aula 1.2		
			Descanso				11:00-11:30	
			El entrenamiento individualizado en personas mayores: prescripción ejercicio	Dr. Pablo Molina	11:30-14:00	Aula 1.2 Sala musculación		
			Descanso				14:00-16:00	
			Entrenamiento en enfermedades neurodegenerativas	Dña. Lucía Guerrero	16:00-18:00 18:00-18:30 18:30-21:00	Aula 1.2		



Edición XIV. SESIÓN 17

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 17	6/03/2026	Viernes	Complejo músculo-tendinoso. Readaptación de lesiones tendinosas. Mecanotransducción.	D. Alfons Mascaró	16:00-18:00	Aula 1.2
					18:00-18:30	
					18:30-21:00	
	7/03/2026	Sábado	Complejo músculo-tendinoso. Readaptación de lesiones tendinosas. Mecanotransducción.	D. Alfons Mascaró	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
Descanso				14:00-16:00		
Complejo músculo-tendinoso. Readaptación de lesiones tendinosas. Mecanotransducción.	D. Alfons Mascaró	16:00-18:00	Aula 1.2			
		18:00-18:30				
		18:30-21:00				



Edición XIV. SESIÓN 18

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 18	13/03/2026	Viernes	Fascia y readaptación	Dr. Eduardo Castro	16:00-18:00	Aula 1.2
					18:00-18:30	
					18:30-21:00	
	14/03/2026	Sábado	El entrenamiento específico del glúteo. Fundamentación teórica y aplicaciones prácticas en función de objetivos	Arturo García	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	Sala musculación
					11:30-14:00	
			Descanso			
Propuesta Readaptación Lesión Rodilla y Hombro	Ángel Carnero	16:00-18:00	Aula 1.2			
		18:00-18:30	Pabellón B			
		18:30-21:00				



Edición XIV. SESIÓN 19

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 19	20/03/2026	Viernes	Medios de recuperación tras esfuerzo físico	Dr. Manuel Arroyo	16:00-18:00	Aula 1.2
					18:00-18:30	Sala jugo en Pabellón Toño Santos
					18:30-21:00	
	21/03/2026	Sábado	Introducción a propuesta metodológica de readaptación de lesiones físico-deportivas	D. Pablo Roig	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
Descanso				14:00-16:00		
Introducción a propuesta metodológica de readaptación de lesiones físico-deportivas	D. Pablo Roig	16:00-18:00	Aula 1.2			
		18:00-18:30	Sala de musculación			
		18:30-21:00				



Edición XIV. SESIÓN 20

Fin de Semana	Fechas	Día	Bloque Contenidos	Profesorado	Horario	Instalación
Sesión 20	10/04/2026	Viernes	TFM: Resolución de dudas	D. Fco Borja Rodríguez Dr. Manuel Delgado	16:00-18:00	Aula 1.2
			Certificación RCP y DESA	Empresa especializada	18:00-21:00	Aula 1.2
	11/04/2026	Sábado	JORNADAS EMPRESAS	Dr. Javier Canovas, UAPO	09:00-11:00	Aula 1.2
					11:00-11:30	
					11:30-14:00	
Descanso				14:00-16:00		
Clausura de máster	Dr. Manuel Delgado, D. Francisco Borja Calzado	16:00-18:00	Aula 1.2			
		18:30-21:00	Aula 1.2			